



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA – UnB  
Faculdade de Comunicação  
Departamento de Comunicação Organizacional

Thayse Gomes Santos Lima

## **ROMPENDO O SILÊNCIO**

1º Simpósio sobre Saúde Mental na Faculdade de Comunicação: Os desafios na abordagem  
e prevenção de crises

Brasília – DF

2018

THAYSE GOMES SANTOS LIMA

## **ROMPENDO O SILÊNCIO**

1º Simpósio sobre Saúde Mental na Faculdade de Comunicação: Os desafios na abordagem e prevenção de crises

Memorial do produto apresentado para Graduação no curso de Comunicação Social com habilitação em Comunicação Organizacional da Universidade de Brasília, como requisito para obtenção do título de Bacharel em Comunicação Social.

Orientador: Prof. Felipe Polydoro

Brasília – DF

2018

Dedico esse trabalho a todos os alunos e alunas que não conseguiram concluir sua graduação por motivos de saúde mental. Que num futuro próximo ninguém mais precise escolher entre estudar ou cuidar do psicológico, pois espero que o tema saúde mental também faça parte do processo de graduação.

## **AGRADECIMENTOS**

A minha família, meus pais, primos e amigos, pelo apoio e encorajamento nos momentos de fragilidade;

A minha amiga Daniela por me ajudar e encorajar a superar as dificuldades durante a graduação;

Ao meu incrível orientador, pelo suporte, incentivo e conselhos para fazer esse trabalho acontecer da melhor forma possível;

A esta faculdade, seu corpo docente, direção e administração que possibilitaram meu crescimento pessoal e intelectual durante os anos de graduação, além de todo o suporte e interesse no tema deste trabalho e, principalmente, toda abertura para usá-lo, a fim de melhorar a relação com seus alunos;

A minha psicóloga, pela escuta atenta de sempre, conselhos, apoio e estímulo para sempre dar o melhor de mim e não me deixar abater pelas barreiras que a vida impõe;

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigada.

*“Seja a mudança que você quer ver no mundo.” - Mahatma Gandhi*

## RESUMO

Por se tratar de uma questão estigmatizada e complexa por suas particularidades, os transtornos de saúde mental necessitam de estratégias específicas de conscientização, prevenção e tratamento. O objetivo deste produto é fomentar a discussão sobre as formas corretas de abordagem, apoio e prevenção de crises psicológicas, dentro da Universidade, sob a perspectiva de especialistas na área, entre os discentes e docentes do curso de Comunicação Organizacional da Faculdade de Comunicação da Universidade de Brasília. O produto consistiu em um Simpósio onde cada palestrante expôs os seus mecanismos de apoio e debateu com o público as formas mais objetivas de alcançá-las na própria faculdade.

**Palavras-chave:** Comunicação; Comunicação Organizacional; Simpósio; Saúde Mental; Suicídio; Universidade.

## ABSTRACT

Due to being a stigmatized and intricately complex subject, mental health disorders face a need for specific awareness, prevention and treatment strategies. The objective of this article is to promote the discussion about the correct ways of approaching, supporting and preventing psychological crises inside of the University from the perspective of experts on the subject, between Organizational Communication students and teachers of the Communication Faculty of the University of Brasília. The subject consisted of a Symposium where each speaker exposes their support mechanisms and debate on the best ways to reach them inside of the University.

**Keywords:** Communication; Organizational Communication; Symposium; Mental health; Suicide; University.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>8</b>
<b>2</b>	<b>PROBLEMA DE PESQUISA</b>	<b>11</b>
<b>3</b>	<b>JUSTIFICATIVA</b>	<b>12</b>
<b>4</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>15</b>
<b>5</b>	<b>REFERENCIAL TEÓRICO</b>	<b>16</b>
<b>6</b>	<b>METODOLOGIA</b>	<b>24</b>
<b>7</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>29</b>
<b>8</b>	<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>31</b>
<b>9</b>	<b>ANEXOS</b>	<b>34</b>
<b>9.1</b>	<b>Anexo A – Questionário sobre Saúde Mental em Comunicação Organizacional</b>	<b>34</b>
<b>9.2</b>	<b>Anexo B – Dados da pesquisa sobre Saúde Mental em Comunicação Organizacional</b>	<b>39</b>
<b>9.3</b>	<b>Anexo C – Divulgação do evento</b>	<b>51</b>
<b>9.4</b>	<b>Anexo D – Roteiro e transcrição do evento</b>	<b>54</b>
<b>9.5</b>	<b>Anexo E – Cobertura fotográfica do evento</b>	<b>62</b>
<b>9.6</b>	<b>Anexo F – Entrevista com o Centro de Atendimento e Estudos Psicológicos (CAEP)</b>	<b>65</b>
<b>9.7</b>	<b>Anexo G – Questionário de avaliação do evento</b>	<b>67</b>



## INTRODUÇÃO

Este trabalho originou-se do desejo de se debater mais sobre o bem-estar psicológico na universidade com os discentes do curso de Comunicação Organizacional (ComOrg), da Faculdade de Comunicação da Universidade de Brasília (FAC/UnB). Para isso, foi escolhida a organização de um Simpósio, onde professores e alunos puderam esclarecer suas dúvidas, receber aconselhamento especializado, além de serem escutados por especialistas. O evento teve como objetivo gerar o debate, dentro da FAC, sobre a graduação, essa fase da vida extremamente exigente para muitos jovens, que muitas vezes não foram preparados anteriormente e são colocados em situações que, unidas a fatores externos a faculdade, podem levar a colapsos mentais (DA SILVA, 2013).

Conforme dados recentes fornecidos pela Organização Mundial da Saúde – OMS para a Agência Brasil (2015), a depressão atinge mais de 11 milhões de brasileiros. Segundo estudo de Júlio Cavestro e Fábio Rocha (2006) sobre a prevalência de depressão entre estudantes universitários, “estima-se que 15% a 25% dos alunos universitários apresentam algum tipo de transtorno psiquiátrico durante sua formação acadêmica, notadamente transtornos depressivos e de ansiedade”. Não apenas a depressão e a ansiedade figuram dentre as doenças mentais que afetam a população brasileira, sobretudo a universitária, havendo diversos outros sofrimentos mentais, inclusive alguns sem transtorno, que são constantemente estigmatizados e negligenciados dentro da sociedade e na própria Universidade.

A maior parte das pesquisas nas universidades do país, sobre o tema, está restrita à área da saúde e psicologia, mesmo se tratando de um problema que afeta toda a comunidade universitária. Em palestra para público da Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ), o especialista em prevenção de suicídio e professor da Universidade de Brasília, Marcelo Tavares (2013), citou uma pesquisa realizada na própria UnB que mostrou que:

Em um levantamento de 420 calouros de todos os cursos, que 47,4% já haviam pensado em suicídio alguma vez no ano que precedeu a sua entrada na Universidade. Desses alunos, 17% já haviam dito a alguém que iriam se matar, 15% disseram já ter planejado se matar, 10% tinham ideação suicida recorrente, 7% já haviam tentado se matar e 4% disseram que havia uma probabilidade de tentarem novamente (TAVARES, 2003).

Embasado por outros estudos e pesquisas feitos tanto na UnB como em outras universidades, foi pensado um questionário para os alunos de ComOrg, a fim de mensurar o

bem-estar e nível de preocupação dos mesmos com a própria saúde mental. A pesquisa foi aplicada online, entre os dias dez e vinte de setembro de 2018. Após analisados, os dados foram inseridos em anexo no memorial e passados para as palestrantes para que fossem debatidos no evento.

No início, o Simpósio contou com uma fala de abertura e apresentação dos dados da pesquisa, para em seguida as palestrantes começarem suas falas. Silvia Lordello, Coordenadora do Centro de Atendimento e Estudos Psicológicos (CAEP), falou sobre a importância de todas as áreas da Universidade debaterem sobre saúde mental, pois todos somos co-responsáveis pelo nosso bem-estar psicológico. Não cabe somente a quem quer ajudar, procurar formas de dar apoio, mas também a quem sofre, tentar romper o silêncio pedindo ajuda e informando como prefere recebê-la. Citou que algumas questões do questionário<sup>1</sup>, que retratam o sentimento dos alunos quanto a uma possível falta de empatia dos professores, poderiam ser resolvidas internamente. Sugeriu para isso, um aumento na facilidade de acesso à direção e um debate no curso, com foco em melhorar as noções de entendimento dos professores, a respeito de situações que geram sofrimento nos alunos.

Silvia Lordello frisou que é importante termos boas práticas de solidariedade e empatia, para que as questões dos alunos sejam mais escutadas, principalmente, nos primeiros semestres, em que os mesmos ainda estão se adaptando à UnB. Cuidar da saúde mental vai além de só conter e tratar crises, pois, segundo a palestrante, é possível, em algumas situações, antecipar a crise, analisando os fatores que podem nos causar angústia e sofrimento.

Por fim, Silvia citou que precisamos mudar a cultura sobre o tema saúde mental, para que o cuidado psicológico seja rotineiro e comece o mais breve possível, não só quando a pessoa ingressar na universidade ou adoecer.

A segunda palestrante, Maria Célia Orlato, Coordenadora LGBT da Diretoria da Diversidade – DIV, começou comentando sobre os serviços de apoio que a diretoria presta dentro da universidade, as parcerias e projetos. Explicou também, que a DIV trabalha na perspectiva de dar suporte e apoio em situações de violência que costumam atingir a saúde mental dos alunos. Por isso, a diretoria foca também na prevenção do adoecimento psicológico, incentivando o debate e a institucionalização de procedimentos de apoio à

---

<sup>1</sup> vide Anexo B

diversidade no meio acadêmico, acreditando assim, incentivar também a permanência do estudante na universidade.

Célia citou que fortalecer, conscientizar e politizar os discentes sobre questões de diversidade podem ser boas ferramentas para que os alunos evitem e/ou se livrem de situações de preconceito e violência. A DIV é um espaço que compõe o serviço de conscientização, prevenção e cuidado da saúde mental, porém, Maria Célia acredita que ainda é preciso mais parcerias nessa rede e uma preocupação institucional maior, voltada para o tema.

É nesse contexto que o evento se inseriu, gerando uma discussão mais realista sobre o assunto, entre o público de cerca de 50 alunos, mostrando o papel de se quebrar o silêncio e do enfrentamento dos estigmas sem alarmismo, conscientizando e estimulando a prevenção e tratamento de casos diagnosticados ou não.

## **PROBLEMA DA PESQUISA**

Com o tema qualidade de vida e bem-estar psicológico se tornando uma questão de saúde pública, devido à grande incidência de casos de sofrimento psicológico, no Brasil e no mundo, como está a saúde mental dos alunos de Comunicação Organizacional? Como abordar o tema de forma consciente dentro da Faculdade de Comunicação? Em casos de sofrimento psicológico, seja diagnosticado ou não, como incentivar que os alunos procurem ajuda e tratamento? Notando a dificuldade de outras áreas da comunicação (publicidade, jornalismo e audiovisual) em debater o assunto, qual a melhor forma de incentivar esse debate na faculdade? Sabendo do papel da organização de eventos para chamar a atenção do público de interesse para o tema escolhido, qual seria a viabilidade de um evento sobre saúde mental, voltado para os alunos de ComOrg? E por fim, como utilizar a organização de eventos para incentivar o debate sobre a saúde mental em ComOrg, difundindo as informações sobre os sinais de alerta e as consequências que os transtornos mentais podem causar, sem criar alarmismo e enfrentando os estigmas?

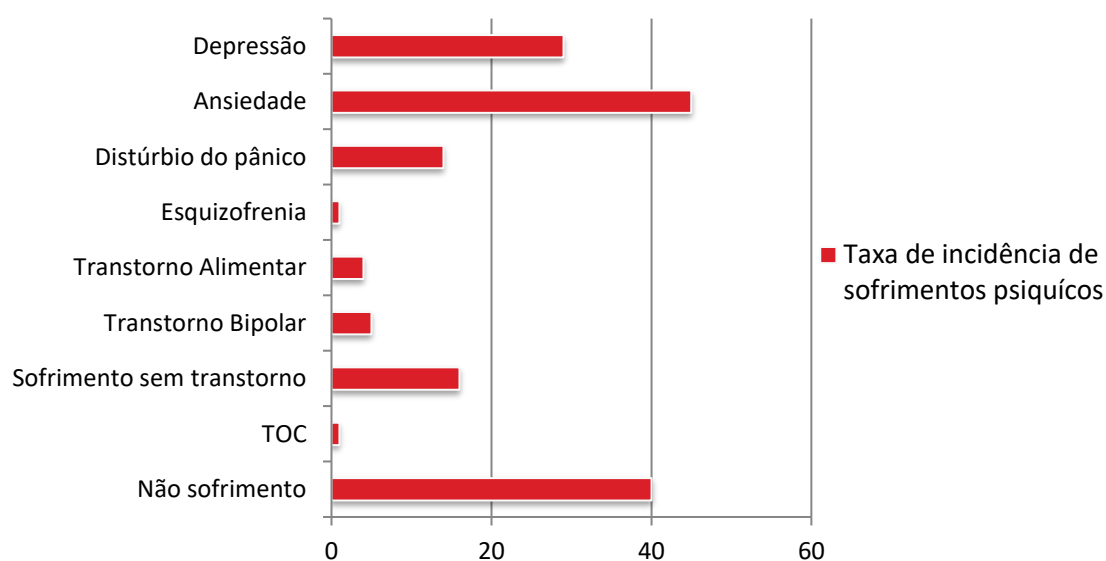
## JUSTIFICATIVA

Quando falamos de saúde mental, a primeira doença que pode vir ao pensamento é a depressão. Porém, existem outras tão paralisantes quanto essa. Para entender, mapear, padronizar e catalogar todos os transtornos mentais conhecidos, a Organização Mundial da Saúde (OMS) participou da criação da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde (CID-10), que é uma lista com atualmente 99 transtornos. Dentre todos os conhecidos, podemos destacar dois que mais afetam universitários no país, já que, de acordo com a própria OMS (CHADE; PALHARES, 2017), o Brasil tem a maior taxa de pessoas com transtornos de ansiedade no mundo e é o quinto em casos de depressão. Um dos maiores problemas relacionado à depressão é o suicídio, que se tornou a segunda principal causa de morte no mundo, entre jovens de 15 a 29 anos (LABOISSIÈRE, 2017) – faixa etária da maior parte dos estudantes da graduação na Universidade de Brasília, segundo o Anuário Estatístico da UnB de 2017.

Ainda que alarmante, a situação pode ser controlada, já que, para a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2017), mesmo a depressão mais profunda pode ser vencida quando se tem o tratamento certo e falar é o primeiro passo para iniciar esse tratamento. Para isso, é necessário entender primeiro como o transtorno age, a forma de identificar e, principalmente, como ajudar quem o enfrenta. Para a sede das Nações Unidas no Brasil – ONUBR, a depressão “é um fator de risco importante para o suicídio” (ONUBR, 2017), apesar de não ser o único a desempenhar um papel significativo na idealização suicida, já que a situação cultural e socioeconômica da pessoa influencia também (OMS, 2012).

Mesmo com tantos dados sobre sofrimento psíquico e os riscos que podem levar a suicídios, dentro da gama de assuntos diversos debatidos na graduação, a saúde mental dos alunos e professores costuma ser deixada de lado em cursos fora da área da saúde e psicologia. Os gráficos da pesquisa feita entre os dias sete e vinte de setembro de 2018, com 109 alunos, que correspondem a aproximadamente 26% (vinte e seis por cento) do curso de Comunicação Organizacional, mostram uma grande incidência de sofrimento psíquico, seja diagnosticado ou não, no curso, como vemos na figura 1.

Figura 1 – Incidência de transtornos mentais e sofrimento sem transtorno dos alunos de ComOrg, em 2018.



Fonte: ComOrg, 2018

Além dessa grande incidência de sofrimento psíquico no curso, quase 50% (cinquenta por cento) dos que responderam o questionário consideram que a saúde mental piorou, após ingressar no ensino superior. A importância de se analisar mais profundamente os perfis dos estudantes que acreditam que a saúde mental piorou, após iniciar o processo de graduação no ensino superior, se deve ao fato de ser o grupo com maior incidência de cometer algum ato contra a própria vida, de acordo com o questionário aplicado. Cerca de 29,6% (vinte e nove vírgula seis por cento) desses alunos pensou, tentou ou fez mal a si mesmo no último ano e, destes, 48,1% (quarenta e oito vírgula um por cento) não procurou ajuda profissional no último ano. O termo “pensar, tentar e fazer mal a si mesmo” descrito no presente trabalho se refere à ideação suicida, a tentativa de suicídio e a automutilação, mas para evitar atingir de forma equivocada o público, composto por docentes de comunicação, o termo sofreu alterações para ser menos invasivo.

Em suma, são dados atuais preocupantes sobre a saúde mental dos alunos. Segundo estudo sobre o “*Padrão espacial do suicídio no Distrito Federal*”, de Ana Júlia Tomasini (2016), os últimos números sobre suicídio apontam a depressão como fator agravante que se tornou uma questão de Saúde Pública. De acordo com o *Manual para Profissionais da Mídia*, da OMS (2000), é nesse momento que o papel que a mídia desempenha se torna significativo na sociedade e contextos atuais, pelos vários recursos que têm de propagar a informação, influenciando fortemente comportamentos, culturas, crenças e atitudes, além de ocupar lugar central nas práticas sociais, políticas e econômicas da comunidade. É devido a

esta grande influência que os meios de comunicação podem ter também um papel ativo na desmistificação de transtornos mentais e na prevenção do suicídio.

Por isso, é importante debater os conceitos e experiências que circundam o tema da saúde mental, a fim de promover uma comunicação pública responsável, que não somente busque disseminar de forma apropriada a informação, mas também métodos de prevenção e meios de enfrentamento das dificuldades que podem levar a colapsos mentais e a um comportamento suicida.

## OBJETIVOS

**Objetivo Geral:** Produzir um evento para estimular o debate sobre a saúde mental na universidade, para alunos de Comunicação Organizacional da Faculdade de Comunicação da Universidade de Brasília.

**Objetivos específicos:**

- Sondar a incidência de sofrimento psicológico em alunos de Comunicação Organizacional;
- Identificar e divulgar que elementos do ambiente de ensino podem gerar ou intensificar transtornos mentais;
- Fomentar a discussão pública para sensibilizar alguma institucionalização de procedimentos que possa identificar e acolher alunos com sofrimento psíquico.



## REFERENCIAL TEÓRICO

Durante o processo de graduação, é exigido dos alunos uma maturidade emocional, que para alguns pode ser novidade, pois não foram preparados durante o Ensino Médio e Fundamental. Lidam agora com as pressões sociais, inseridas nesse “princípio de vida adulta”, onde existe o bônus da liberdade de fazer suas próprias escolhas e o ônus de sofrer as consequências delas, uma fase de maior liberdade, (re) descobrimento, aprendizado e preparação para o mercado de trabalho. Junto a isso vêm as expectativas, as exigências, falta de tempo, sobrecarga com trabalhos, leituras e provas, exigências que podem levar alguns alunos ao limite de rendimento.

Toda essa pressão, misturada ao novo modo de vida, sem excluir o fator social, pode se relacionar com a prática da automedicação e ao uso de outras Substâncias Psicoativas (SPAs) lícitas e ilícitas no período da graduação. O uso de drogas pode ser com o objetivo recreativo, mas também ser uma busca de fuga da realidade. O grande problema das drogas e SPAs são os usos para a fuga da realidade ou aumentar o rendimento, pois podem levar a vícios sociais.

Analizando a pesquisa de Lima, Gomide e Farinha (2015) sobre uso de drogas, por universitários de cursos exclusivamente noturnos, obtêm-se informações sobre como se encontra a situação do Ensino Superior. Os dados nos mostram que:

As estimativas do questionário ASSIST apontaram que os relatos para o uso não médico na vida de SPAs corresponderam a 32,5% para derivados do tabaco, 76,9% para bebidas alcoólicas, 16,2% para maconha, 5,3% para anfetaminas ou ecstasy, 4,6% para inalantes, 4,2% para hipnóticos/sedativos, esta mesma porcentagem correspondeu ao consumo de alucinógenos, 3,8% indicou o uso de cocaína, crack e 0,4% referiram uso de opióides e de outras drogas, em ambos os casos (LIMA; GOMIDE; FARINHA, 2015, p.106).

O consumo desse tipo de substância também pode estar relacionado ao fácil acesso às drogas (lícitas e ilícitas) e à própria cultura do universo da faculdade, que promove esse uso através de ritos de iniciação e festas. No curso de Comunicação Organizacional os dados mostram que apenas 20,2% (vinte vírgula dois por cento) dos alunos que responderam ao questionário, não consumiram álcool nem outras drogas, no último ano.

Entretanto, não é pelo uso de álcool e drogas ilícitas que a situação se torna preocupante, mas sim por não se saber as razões do uso e com isso, como o uso afeta a saúde

dos jovens. Em “*O culto da Performance: da aventura empreendedora à depressão nervosa*”, é citado um estudo sobre o consumo de medicamentos de efeito psicoativo que apresenta dados como:

10% dos jovens de 15 a 20 anos eram tratados por insônia, 15% por nervosismo, 15% por fadiga intelectual, que de 16,2% a 18,2% consumiam medicamentos psicotrópicos. Onde o recurso ao medicamento nos períodos difíceis da vida (medicamento que devedar forças, acalmar ou estimular, segundo o caso), é habitual a um em cada cinco estudantes (EHRENBURG, 2010, p.136).

As referências mostram a tendência dos psicotrópicos se tornando um refúgio, um meio de fuga desse estresse que muitas vezes se torna exaustivo e gatilho para crises mentais, desde a época da aplicação dos testes. De acordo com Ileno Costa (2008), professor da UnB e coordenador do Grupo de Intervenção Precoce nas Psicoses (GIPSI), uma crise é o surgimento de um elemento novo intenso o suficiente para alterar a condição psíquica de uma pessoa, além de desencadear um estado de desordem que requer uma mudança de posição. Refere-se à oportunidade que o sujeito tem de aprender novos recursos para lidar com problemas, ampliando as alternativas de superação já conhecidas que aparentemente não dão mais conta de enfrentar os obstáculos.

Entretanto, salienta Costa (2008), geralmente as crises que serviriam como aberturas para se desenvolver recursos novos, dando a sensação de oportunidade, no final se tornam ambientes crônicos com estados complexos de sofrimento. As crises e os transtornos mentais podem afetar a capacidade do indivíduo de tomar decisões racionais, relacionadas à sua própria saúde e comportamento, o que resulta em mais dificuldades para procurar e aceitar um tratamento necessário.

Nesse contexto, é importante voltar a atenção para os dados da pesquisa sobre os cinquenta e quatro alunos, do total de cento e nove, que afirmaram sentir uma piora na saúde mental, após começarem a graduação. Destes, 40,7% (quarenta vírgula sete por cento) consumiram álcool e outras drogas, muito ou exageradamente, no último ano, e apenas 35,2% (trinta e cinco vírgula dois por cento) procuraram ajuda profissional, nesse período.

Não se pode desprezar que a exigência de tanto esforço e dedicação no ambiente estudantil, está intimamente relacionada com a cobrança do próprio mercado profissional, sobre as realizações de cada cidadão. A partir dos anos noventa, o Brasil passou por uma mudança de padrão, seguindo o caminho de países como os Estados Unidos e a França, que nos levou a consolidar a performance mercadológica como um dos valores socioculturais do

país (WOOD JR. & DE PAULA, 2010). Passamos a acreditar que os donos de empresas são símbolos de sucesso e não somente de exploração, que o consumo é indício de realização pessoal e que o rendimento dos atletas, por exemplo, é um sinal de excelência.

Atualmente, para a sociedade, a realização pessoal se associou à carreira profissional, que sendo um contexto de muitas exigências, mudanças, incertezas e competitividade, acabou gerando cidadãos ansiosos e inseguros. Essa associação pode ser exemplificada pelos dados do questionário que mostram que 71,6% (setenta e um vírgula seis por cento) dos alunos consideram adequadas as atividades propostas pelas disciplinas do curso, porém, 38,4% (trinta e oito vírgula quatro por cento) afirmam que sua saúde mental piorou, após o ingresso na universidade. Combinar sucesso à carreira profissional parece ter fragilizado as relações interpessoais, pois os colegas se tornam concorrentes ou, simplesmente, instrumentos para se alcançar esse prestígio nas esferas econômica e social (WOOD JR. & DE PAULA, 2010).

Ao trocar a preocupação com o bem-estar social pela busca da satisfação pessoal, o cidadão se condena a ter que lidar com seus problemas, sozinho, e acaba se distanciando de possíveis ajudas. De acordo com Bendassolli (2010) em “*O culto da performance como resposta à crise da ontologia do trabalho*”, quanto mais a pessoa se fecha nesse culto à performance, mais ela percebe suas fragilidades, buscando negá-las ou ocultá-las, a fim de transparecer uma imagem de pessoa feliz e bem sucedida.

Nesse ponto, a incessante busca pelo sucesso se interliga à urgência de encontrar a felicidade que, de acordo com João Freire Filho (2010), estaria, na sociedade contemporânea, ligada à incontrolável busca que o indivíduo tem de ser feliz acima de tudo. Sendo assim, a satisfação e a realização pessoal pressupõem um estado de plenitude para o indivíduo, como se nesta condição não lhe faltasse mais nada, estando totalmente completo.

No Brasil não parece ser diferente, já que, em entrevista para a revista GPS, a antropóloga Mirian Goldenberg (GPS, 2018), disse que existe uma bolha cultural, que impede a discussão de assuntos como depressão e outros transtornos mentais no país. Goldenberg cita também que o país tem uma cultura de alegria e felicidade, deixando de falar sobre sentimentos ruins. A população evita comentar sobre situações negativas, no âmbito psicológico, gerando com esse silêncio a sensação de uma grande solidão. Para a autora, é importante e terapêutico conversar acerca das dificuldades enfrentadas no contexto

mental, evitando assim a ausência de interesse e atenção sobre o assunto, pois além dos transtornos diagnosticáveis, existem os que não são classificados por profissionais da saúde e psicologia.

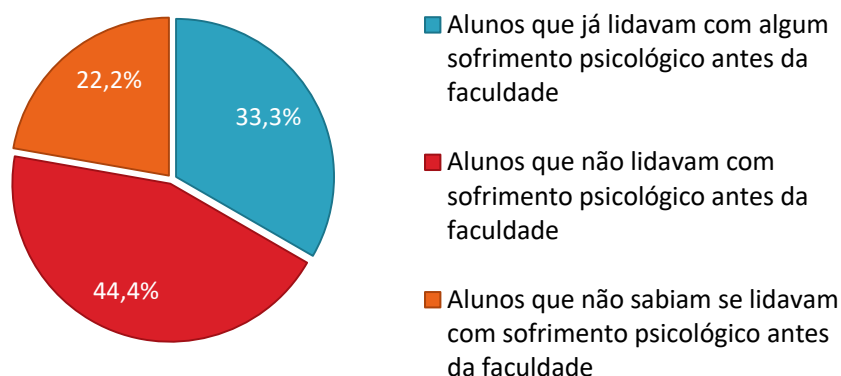
Esses transtornos, não classificáveis, têm o nome de transtornos mentais comuns – TMC e estão ligados a múltiplas facetas, nas relações sociais e econômicas, sendo “uma das maiores demandas de atenção em saúde nas classes populares. Demanda esta, geralmente sem resposta nos serviços de saúde.” (FONSECA et al., 2008 apud GUIMARÃES et al., 2005). De acordo com o estudo de Fonseca, Guimarães e Vasconcelos (2008), o conceito de TMC abrange um grupo mais amplo da população que precisa de cuidados, por ter uma proximidade com quadros depressivos e ansiosos, mas que não necessariamente, encontra um diagnóstico categorial nos manuais.

Esse tipo de sofrimento pode comprometer a qualidade de vida dos pacientes, pois, mesmo que os sintomas não se moldem perfeitamente às bases dos diagnósticos psiquiátricos, o grau de sofrimento das pessoas ainda existe e necessita de atendimento e acolhimento especializado, pois:

[...] o apoio social habilita o indivíduo a lidar com os eventos e condições estressoras funcionando, desta forma, como agente protetor contra os transtornos mentais comuns. [...] Saber-se amado e cuidado e ter amigos íntimos e confidentes está relacionado a baixos níveis de ansiedade, depressão e somatizações, melhor adaptação a circunstâncias particulares de estresse e menores efeitos dos eventos vitais produtores de estresse que, embora não possam ser evitados, passam a ter menores consequências (COSTA; LUDEMIR, 2005, p.77).

No último ano, vinte e sete alunos, dos cento e nove que responderam o questionário, pensaram, tentaram ou fizeram mal a si próprio. Destes, 48,1% (quarenta e oito vírgula um por cento) disseram se sentir quase sem companhia ou totalmente sozinhos, na universidade. A importância de se debater o assunto em ComOrg deve-se aos próximos dados, que mostram que 48,1% (quarenta e oito vírgula um por cento) dos que pensaram, tentaram ou fizeram mal a si próprio, no último ano, não procuraram ajuda profissional e, além disso, quase metade não lidava com transtornos mentais ou sofrimentos psicológicos sem transtornos, antes de ingressar na faculdade, como mostra a figura 2.

Figura 2 – Análise dos alunos que pensaram, tentaram ou fizeram mal a si mesmos, de ComOrg em 2018.



Fonte: ComOrg, 2018

A Universidade de Brasília conta com instituições que dão apoio aos estudantes, como a Diretoria da Diversidade – DIV. A Diretoria (UNB, 2018) é voltada para a pluralidade dentro do ambiente universitário, sendo dividida em quatro coordenações (Direitos da Mulher, Diversidade Sexual, Questão Negra e Questão Indígena) que têm como função, estabelecer as diretrizes de boa convivência na comunidade acadêmica, além de fornecer apoio psicopedagógico, contando com 20 pessoas na equipe, entre elas, um psicólogo.

Outro serviço que pode dar suporte à comunidade acadêmica é o Centro de Atendimento e Estudos Psicológicos – CAEP, que é vinculado ao Instituto de Psicologia da UnB e tem como função fornecer um espaço para os futuros psicólogos poderem estagiar, para se formar. Por meio desse serviço de estágio, os estudantes conseguem fazer um atendimento em saúde mental, na comunidade externa e também universitária. Contam com mais de vinte tipos de atividades que atingem diversos públicos, dentro e fora da UnB. Em seu site, o CAEP (UNB, 2018) informa contar atualmente com 11 psicólogos, cerca de 60 alunos e 10 professores de diversas linhas clínicas de atuação profissional. Em entrevista feita por e-mail, a assessoria<sup>2</sup> informou que o CAEP tem capacidade máxima de 264 atendimentos diários e 72 horas, também diárias, de supervisão para atender crianças, adolescentes e adultos da comunidade interna e externa, principalmente, pessoas de baixo poder aquisitivo. De acordo com a assessoria, as principais dificuldades são de ordem de estrutura física, financeira (muitas vezes não havendo verbas suficientes, por exemplo, para

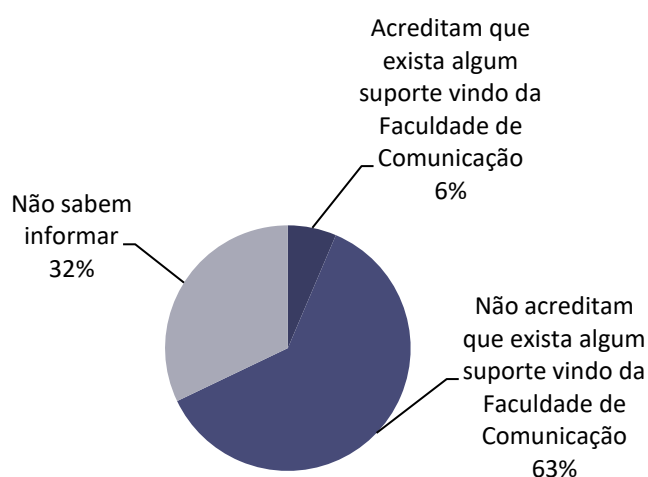
---

<sup>2</sup> vide Anexo F

compra de testes psicológicos), além de sobrecarga pelo excesso de demanda de trabalho, para a quantidade de funcionários.

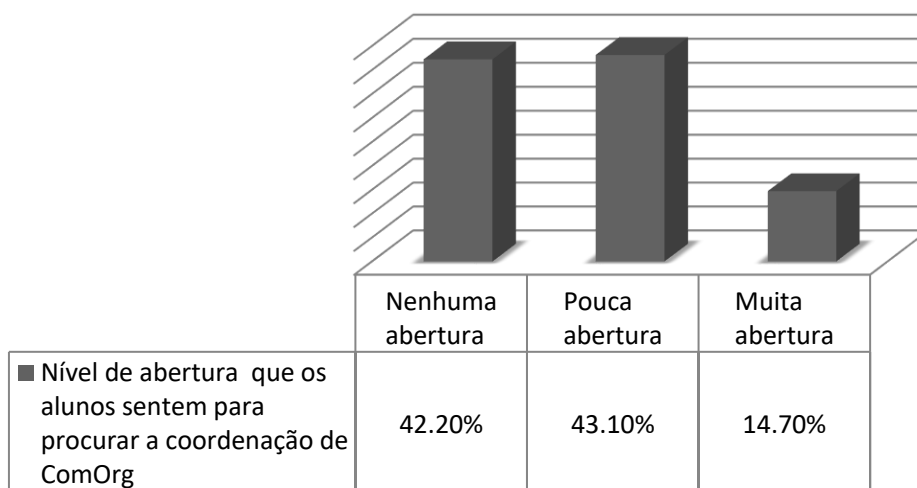
Em relação à Faculdade de Comunicação, mais da metade dos alunos entrevistados não considera que exista algum tipo de amparo, suporte ou encaminhamento, sobre questões de saúde mental. Quanto à coordenação do departamento de ComOrg, 85,3% (oitenta e cinco vírgula três por cento) sente pouca ou nenhuma abertura ou incentivo para que os procurem em situações de necessidade, como demonstram as figuras 3 e 4, respectivamente.

Figura 3 – Análise da opinião dos alunos de ComOrg sobre a Faculdade de Comunicação ter algum tipo de amparo, suporte ou encaminhamento sobre questões de saúde mental, em 2018.



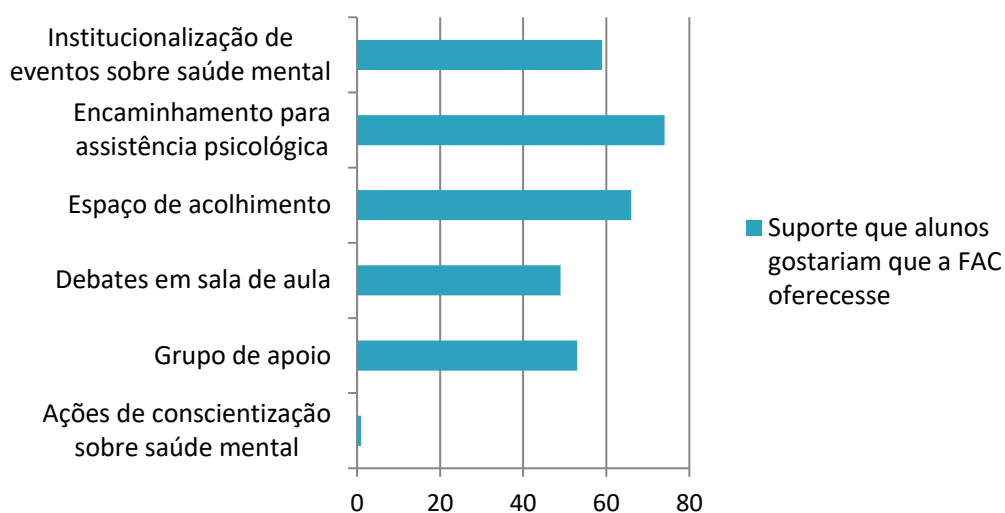
Fonte: ComOrg, 2018

Figura 4 – Avaliação do nível de abertura e incentivo que os alunos sentem por parte da coordenação, para que os procurem em situações de necessidade, ComOrg em 2018.



Fonte: ComOrg, 2018

Figura 5 – Tipos de suporte que os alunos de ComOrg gostariam que a FAC oferecesse, em 2018.



Fonte: ComOrg, 2018

Observando a figura 5 podemos notar que eventos, como o descrito no presente memorial, são importantes para melhorar a relação dos alunos com a Faculdade de Comunicação e o suporte à saúde mental dentro da universidade.

É importante assinalar que, além das instituições, as mídias sociais e os demais meios de comunicação têm um papel significativo no contexto de conscientização, na sociedade atual, ao proporcionar, dentro de seus mais variados recursos, uma ampla gama de informações. Devido a isso, elas têm papel influenciador nos comportamentos e crenças dos

múltiplos públicos dentro da comunidade, como também papel fundamental na prevenção do suicídio e desmistificação dos estigmas sobre saúde mental (OMS, 2000). Por esse motivo, é relevante se debater sobre o tema no curso de Comunicação Organizacional, pois os profissionais dessa área trabalham em todos os âmbitos da comunicação, tratam de sofrimento organizacional, buscam uma melhor qualidade de vida e de ambiente nas empresas, cuidam da cultura organizacional, etc.

De acordo com Margarida Kunsch, tida como umas das maiores referências na área, “[...] *A comunicação organizacional configura as diferentes modalidades comunicacionais que permeiam sua atividade.*” (KUNSCH, 2002, p. 149) e por isso tem papel importante em trabalhar uma boa e consciente comunicação com seus diversos públicos.

Sendo assim, por meio da organização de um evento, torna-se possível atrair a atenção do público de interesse para o assunto que a organização visa tratar. A atenção dada a esse tipo de atividade, quando bem organizada, se torna uma forma eficaz de iniciar, manter, elevar, mudar e até recuperar conceitos (CESCA, 2008).

Em razão disso, o tipo de evento escolhido foi o Simpósio, que consiste numa conferência, conduzida por um moderador, onde todos os palestrantes têm um tempo pré-determinado de fala, para expor suas ideias e, posteriormente, abre-se espaço para perguntas e interação com a plateia (UNICAMP, 2006). Configura-se assim, uma forma eficiente de estimular, engrandecer e manter a discussão, devido às possibilidades de se confrontar diretamente as crendices equivocadas sobre transtornos mentais.

Portanto, o presente trabalho teve o escopo de realizar um Simpósio, no intuito de gerar o debate acerca do assunto aqui tratado, como forma de demonstrar sua importância e desmistificar o tema.



## METODOLOGIA

Por tratar-se de uma realização de evento, a metodologia escolhida foi a descrita por Cleuza Cesca (2008), como de modelos de etapas de produção, pois “fornecem subsídios para a elaboração de projetos reais”. Foi feito um anteprojeto que forneceu esses subsídios para a elaboração do projeto final levando em consideração as peculiaridades do evento. O programa de organização do Simpósio consistiu nas seguintes etapas:

### **1ª etapa: Mapeamento inicial - Diagnóstico**

Foi feito um estudo inicial sobre transtornos mentais, no Brasil, analisando a incidência de casos de jovens com transtornos mentais, além dos dados sobre suicídio. Após esta fase, o estudo focou em obter dados sobre a situação psicológica dos alunos da Universidade de Brasília e, por fim, no público para o qual o evento foi pensado, os alunos de Comunicação Organizacional.

Utilizou-se como procedimento técnico para busca dos dados a pesquisa bibliográfica, baseada em material já publicado, por meio de coleta de dados de artigos científicos e demais matérias da internet, sempre se tomando o cuidado de eleger fontes reconhecidas e confiáveis sobre a saúde psicológica, com foco em alunos de graduação.

### **2ª etapa: Pesquisa quantitativa**

Para que o debate tivesse um direcionamento voltado para ComOrg, além de servir de embasamento para a coordenação do curso usar em futuras discussões e/ou políticas públicas dentro da faculdade, foi pensado uma pesquisa exploratória que fornecesse dados sobre a saúde mental dos docentes. Os dados foram coletados por aplicação de um questionário, onde o público-alvo foi definido como alunos, de ambos os sexos, matriculados no curso de Comunicação Organizacional. A aplicação foi feita online, por meio de divulgação por e-mail, grupos no Facebook e Whatsapp, devido à eficiência dos mesmos, para uma comunicação direta e rápida com o público-alvo. Entre os 410 estudantes atualmente matriculados no curso de Comunicação Organizacional, após a divulgação dos motivos da pesquisa em sala de aula, um total de 109 alunos responderam o equivalente a 26% (vinte e seis por cento) do curso.

O questionário foi desenvolvido em parceria com a coordenação de ComOrg e com a psicóloga Marcela Novais Medeiros, para que atendesse as normas e o vocabulário técnico

da área da saúde, evitando assim gatilhos sobre o tema, além de sanar dúvidas específicas da coordenação com relação ao tema saúde mental no curso. O processamento, análise e tabulação dos dados foram realizados através do programa Excel, pela facilidade de combinar os dados.

### **3ª etapa: Pré-produção do Simpósio**

Primeiramente, foi definido o dia 9 de outubro para que o evento acontecesse, por cair numa terça-feira, dia da semana com o maior número de presença de alunos devido à quantidade de aulas do curso na faculdade, além de ser o dia anterior ao Dia Mundial da Saúde Mental. O local escolhido foi o auditório da própria Faculdade de Comunicação, pela proximidade que facilitou a participação do público-alvo e também pela qualidade do ambiente. A escolha das instituições representadas em palestra foi pensada em conjunto com a coordenação de ComOrg, devido às parcerias anteriores e ao trabalho de renome que têm na Universidade. O formato definido foi o Simpósio, por sua seriedade, formalidade e ao mesmo tempo por dar espaço para o público interagir sobre o tema, com os especialistas, não se tornando apenas uma palestra expositiva.

Quanto às formas de divulgação do evento, duas versões de um cartaz foram criadas para serem publicadas nas redes sociais da faculdade e das instituições convidadas. A divulgação impressa não foi o foco, pelo entendimento de que essa iniciativa é menos eficaz para atingir o público-alvo dentro da faculdade. Por isso, o foco foi em redes sociais, como os grupos de Facebook e Whatsapp dos alunos e professores. A escolha desses canais foi feita devido à eficácia dos mesmos, para uma comunicação direta e rápida com o público.

Pensando no público-alvo, o cartaz foi feito com elementos contemporâneos e concisos de comunicação visual que buscavam uma divulgação *clean* e direta, que fugisse dos estereótipos e clichês, quando se aborda sobre saúde mental. Normalmente são usadas figuras de pessoas em sofrimento, por isso a decisão de romper com o padrão “triste” de divulgação e utilizar um símbolo que remetesse à propagação de ondas e som. Cabe citar também que o processo de criação da arte foi acompanhado pela direção da faculdade e aprovado antes do evento.

Por fim, a pré-produção também contou com um roteiro prévio que foi encaminhado para as palestrantes, antes do dia do evento, para que programassem suas respectivas falas. Todo o material citado nesse ponto se encontra em anexo no presente trabalho.

#### **4ª etapa: Pós-produção da mesa redonda**

O evento contou com cobertura fotográfica e audiovisual, porém, devido problema técnico no equipamento de gravação da FAC, somente cerca de 30 minutos foram gravados. Para iniciar o evento, a moderadora fez uma fala de abertura, contendo um breve depoimento sobre as motivações do tema do trabalho e em seguida, apresentando os dados coletados no questionário, em forma de slide. O Simpósio contou também com a fala do professor Felipe Polydoro, que estava representando a coordenação do curso. Após a abertura e apresentação dos dados da pesquisa, a palavra foi passada para as palestrantes, que falaram sobre o trabalho que fazem nas instituições que representam na UnB.

Na primeira palestra, a Coordenadora do Centro de Atendimento e Estudos Psicológicos – CAEP, Silvia Lordello, questionou se o público presente conhecia o CAEP e os trabalhos que são feitos lá. Poucos levantaram a mão e assim ela começou explicando que o CAEP é um órgão de formação de psicólogos, isto é, um campo de estágio para futuros profissionais da área. Hoje, o Centro conta com vinte e três atividades, onde cada professor de psicologia desenvolveu, com os terapeutas estagiários, um serviço para a comunidade. Atendem atualmente crianças, adolescentes, adultos e idosos, além contarem com um grupo de ressignificação de vivências raciais e um grupo que trabalha a LGBTfobia na UnB, todos com uma perspectiva clínica.

A palestrante citou também que as ações que o CAEP e os núcleos de apoio interno da UnB têm o intuito de capacitar todos para uma atuação em saúde mental, pois servem de estímulo para que todos tenham papéis atuantes no apoio ao cuidado psicológico. Silvia acredita que não é só papel da área da saúde debater sobre o que leva pessoas ao colapso mental, pois somos co-responsáveis pela nossa saúde psicológica. Algumas solicitações exemplificadas no questionário, como a necessidade de mais empatia vindo dos professores, poderiam ser resolvidas internamente, com uma maior facilidade de acesso à direção e com uma conversa que melhorasse as noções de entendimento dos professores a respeito de situações que geram sofrimento nos alunos.

Lordello sugeriu que os professores fizessem rodas de conversa para acolher as preocupações que desgastam os alunos e que pensassem em coletivos que dessem suporte, sem deixar de lado a ajuda profissional, se houver condições. Elogiou a iniciativa do presente trabalho e desejou que eventos assim fossem mais recorrentes na universidade. Ela lembrou que é importante termos boas práticas de solidariedade e de escuta dos alunos,

principalmente, na fase de adaptação dos mesmos à UnB. Porque cuidar da saúde mental vai além de conter e tratar crises, já que, como a palestrante cita, é possível em algumas situações antecipar a crise, analisando os fatores que podem nos causar angústia e sofrimento.

Por fim, Silvia citou que precisamos mudar a cultura sobre o tema saúde mental, para que o cuidado seja rotineiro e comece o mais breve possível, não só quando o estudante ingressar na universidade ou adoecer.

Em seguida, a Coordenadora LGBT da Diretoria da Diversidade, Maria Célia Orlato, acrescentou que o tema saúde mental está envolto em todo o trabalho da DIV. Citou também que, quando o público chega com uma demanda de violência, seja familiar ou de dentro da UnB, a saúde psicológica já demonstra estar comprometida e isto costuma afetar o rendimento acadêmico, além da permanência dos alunos na universidade.

De acordo com a Coordenadora LGBT, o público que a diretoria atende é em sua maioria de estudantes de graduação. Há também alguns estudantes de pós-graduação e servidores. Citou ainda, que muitas demandas de sofrimento mental são por conta das cargas de atividades, dos alunos não se sentirem pertencentes ao espaço que ocupam, às vezes somadas a outras questões como LGBTfobia, racismo e misoginia, afetando seus desempenhos na universidade.

A DIV trabalha muito na perspectiva de dar suporte e apoio em situações de violência, que atingem vários âmbitos da vida dos discentes, inclusive a saúde mental. Além disso, focam também na prevenção do adoecimento psicológico, trabalhando o tema da diversidade no meio acadêmico e incentivando a permanência dos estudantes na universidade.

Por último, mencionou que as parcerias com as faculdades, os coletivos e os núcleos de pesquisa da UnB são fundamentais para o trabalho da DIV, pois devido a eles os apoios à saúde mental e bem-estar dos alunos se tornam possíveis.

Após as palestras, alguns alunos e professores interagiram perguntando sobre possíveis parcerias e como entrar em contato, caso precisem, mas uma interação foi a mais enfática. Um aluno do primeiro semestre, que no presente trabalho chamarei de João, para manter a privacidade dele, desabafou contanto sua história pré-graduação e como o ambiente acadêmico também o está afetando.

No início, João contou que é homossexual e que a família não aceita. Por esse motivo, já foi ameaçado de ser expulso de casa e de ser morto. Isto afetou demais a própria saúde mental e, por não ter condições financeiras, nunca procurou apoio psicológico especializado. Acrescentou que se sente sozinho e desamparado dentro da universidade, além de sofrer com brincadeiras e comentários, por parte de colegas de sala de aula. As pessoas não têm noção do que ele vivencia e esquecem que uma palavra dita ou uma atitude não pensada podem machucar alguém como ele, que já carrega muito peso.

João se emocionou ao contar sua história de luta para ingressar na UnB e como situações externas e internas andaram afetando a sua vontade de continuar cursando Comunicação Organizacional. O depoimento comoveu, basicamente, todos os presentes no momento do evento e teve em resposta várias demonstrações de apoio de colegas, de professores, da organizadora e das palestrantes que pediram para ele esperar até o final do evento, pois elas queriam oferecer-lhe ajuda especializada.

Ao final do evento, um questionário de avaliação foi passado ao público. Cerca de trinta alunos e dois professores responderam e os resultados foram 100% (cem por cento) de avaliação positiva, entre bom e ótimo para a iniciativa do evento, a organização, o conteúdo, a didática das palestrantes e a forma de apresentação dos temas desenvolvidos. No espaço destinado às sugestões, críticas e elogios foi muito citado a importância desse tipo de evento, para debater saúde mental na universidade. Todos que responderam, disseram querer mais edições do evento, em outros formatos, a fim de que mais gente se sinta confortável em participar. Desejaram também que a FAC fizesse mais parcerias internas, para tentar melhorar a relação com os alunos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente trabalho, buscou-se organizar um Simpósio para debater sobre saúde mental na Faculdade de Comunicação. Para isso, foi pensado um questionário que visasse analisar o nível de incidência de sofrimento psíquico nos alunos de Comunicação Organizacional e com os dados obtidos, incentivar um debate mais focado nos alunos. O questionário também teve o objetivo de verificar se existiam e quais são os estressores vindos da universidade que pudessem intensificar ou gerar o adoecimento mental dos alunos.

Pudemos notar com os dados que o nível de bem-estar psicológico dos discentes já não se encontra bom e, com o passar dos semestres, tende a piorar. Mesmo que metade dos que responderam não lidem com transtornos mentais diagnosticados, a incidência ainda é grande, atingindo mais de 25% (vinte e cinco por cento) dos entrevistados. Além disso, quase 25% (vinte e cinco por cento) pensou, tentou ou fez mal a si mesmo, no último ano. Um total de 60% (sessenta por cento) não procurou alguma ajuda profissional, nesse período, e não considera que a faculdade tenha algum tipo de amparo, suporte ou encaminhamento sobre questões de saúde mental.

Ainda sobre os dados do questionário, podemos citar os seguintes pontos estressores que circundam a vida acadêmica: o excesso de trabalhos focados no final do semestre, as apresentações em público, a distribuição de créditos por semestre, a quantidade de trabalhos em grupo, a falta de transparência na avaliação do desempenho dos alunos, a falta de sensibilidade de professores com relação, não só à saúde mental, mas também outras situações que os alunos passam (dificuldade de transporte para ir e voltar da UnB e o fato de alguns terem que trabalhar/estagiar em outros horários do dia), repressão, assédios e homofobia. Porém, como debatido no evento, para muitos desses estressores existem soluções e meios de minimizar e até colocar um fim, melhorando, assim, a relação discente-universidade.

Para responder as questões do problema da pesquisa, as informações do questionário nos ajudaram bastante, pois se comprovou, por meio delas, a importância de um evento para se debater sobre o tema na FAC.

O evento teve avaliação positiva entre o público e as palestrantes, contando com uma participação em média de trinta pessoas, entre alunos e professores, às vezes aumentando para cinquenta, como no horário de intervalo das aulas do dia. O engajamento almejado pela organizadora, para além do evento, foi maior que o esperado, contando com possíveis parcerias futuras. Afirma-se isto porque uma aluna, com o interesse em solucionar o problema de locomoção dos colegas, após a aula, passou a pesquisa para seus chefes de estágio, na empresa que administra o transporte público de Brasília. Atitudes como esta provam a importância de quebrarmos o silêncio e, cada vez mais, falarmos sobre saúde mental na universidade, para que mais gente possa se sentir contemplada e mudanças possam surgir de atitudes de empatia.

A produção deste trabalho foi de extremo aprendizado, pois conscientizou tanto quem o idealizou quanto o público-alvo. O debate se tornou uma experiência de reflexão pessoal e comunitária sobre o sofrimento mental dos universitários. Também foi importante para rever o pensamento “de que a universidade adocece seus alunos”, já que, na verdade, ela costuma ser, somente, um intensificador de sofrimentos antigos, gerados por situações externas, da história de vida de cada um.

Por fim, cabe lembrar que o adoecimento psicológico é um fenômeno que só cresce na contemporaneidade e merece uma atenção especial, para que as pessoas se sintam confortáveis em dividir seus pesos, lutas e dificuldades. Por isso, é importante entender que os contextos sociais, econômicos, a história de vida e o cotidiano dos alunos, mostram como as relações de pertencimento e identidade podem influenciar na relação da saúde mental.

Este trabalho pretendeu contribuir para novos estudos, relacionados ao tema saúde mental, focando no adoecimento psicológico dentro da universidade e na comunicação como ferramenta de apoio e conscientização. Além disso, tentou por meio do mapeamento da incidência de sofrimento psíquico, incentivar a institucionalização de políticas públicas, internas, que busquem reduzir os números de adoecimento mental, no curso de Comunicação Organizacional da Faculdade de Comunicação da Universidade de Brasília.

## REFERÊNCIAS

BENDASSOLLI, P. F. **O culto da performance como resposta à crise da ontologia do trabalho.** In: Ehrenberg, A. (Org.). O culto performance. 2. Ed: Ideias & Letras, São Paulo, 2010, p. 209-239.

CAVESTRO, Julio de Melo e ROCHA, Fabio Lopes. **Prevalência de depressão entre estudantes universitários.** Belo Horizonte, set. 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/jbpsiq/v55n4/a01v55n4.pdf>>. Acesso em: 23 mai 2018.

CESCA, Cleuza G. Gimenes. **Organização de eventos: manual para planejamento e execução.** 9 Ed. rev. e atual, São Paulo, 2008, p. 60-63.

CHADE, Jamil; PALHARES, Isabela. Brasil tem a maior taxa de transtorno de ansiedade do mundo, diz OMS. **O Estado de São Paulo**, São Paulo, 23 fev 2017. Disponível em: <<https://saude.estadao.com.br/noticias/geral,brasil-tem-maior-taxa-de-transtorno-de-ansiedade-do-mundo-diz-oms,70001677247>> Acesso em: 15 jun 2018.

COSTA, Albanita Gomes da; LUDERMIR, Ana Bernarda. Transtornos mentais comuns e apoio social: estudo em comunidade rural da Zona da Mata de Pernambuco, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 1, p. 73-79, Feb. 2005. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X2005000100009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2005000100009&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 22 Out 2018.

DA COSTA, IlenoIzídio. **Família e psicose: reflexões psicanalíticas e sistêmicas acerca das crises psíquicas graves.** Rio de Janeiro, 2008. p. 97-98. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v8n1/v8n1a10.pdf>>. Acesso em: 14 de Jun 2018.

DA SILVA, Hayanna Carvalho Santos Ribeiro. **Psicose e Crises Psíquicas Graves: uma investigação pelo método de Rorschach.** Brasília, 2013. p. 1. Disponível em: <[http://www.repositorio.unb.br/bitstream/10482/14457/1/2013\\_HayannaCarvalhoSantosRibeirodaSilva.pdf](http://www.repositorio.unb.br/bitstream/10482/14457/1/2013_HayannaCarvalhoSantosRibeirodaSilva.pdf)>. Acesso em: 14 Jun 2018.

EHRENBERG, Alain. **O culto da Performance: da aventura empreendedora à depressão nervosa.** Ed. Idéias e Letras. Aparecida, 2010, p. 136.

FONSECA, Maria Liana Gesteira; GUIMARÃES, Maria Beatriz Lisboa; VASCONCELOS, Eduardo Mourão. Sofrimento difuso e transtornos mentais comuns: uma revisão bibliográfica. **Revista de APS**, v. 11, n. 3, 2008.

FREIRE FILHO, João. **Ser feliz hoje: reflexões sobre o imperativo da felicidade.** Ed: FGV. Rio de Janeiro, 2010, p.29.

GPS. **Depressão na universidade: como a pressão acadêmica afeta a saúde mental.** Brasília, 14 jun 2018. Disponível em: <<https://gpslifetime.com.br/conteudo/cotidiano/news/70/depressao-na-universidade-como-a-pressao-academica-afeta-a-saude-mental>>. Acesso em: 29 jun 2018



KUNSCH, Margarida. **Planejamento de Relações Públicas na Comunicação Integrada**. 2. Ed. Summus Editorial. São Paulo, 2002, v. 17, p. 149).

LABOISSIÈRE, Paula. No Dia Mundial da Saúde, OMS alerta sobre depressão. **Agência Brasil – EBC**, Brasília, 7 abr 2017. Disponível em: <<http://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2017-04/no-dia-mundial-da-saude-oms-alerta-sobre-depressao>>. Acesso em: 23 mai 2018.

LIMA, Letícia Maria Rosa; GOMIDE, Sinésio Júnior; FARINHA, Marciana Gonçalves. Uso de drogas por universitários de cursos exclusivamente noturnos. **Rev. NUFEN**, Belém, v. 7, n. 2, p. 99-136, dez. 2015. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2175-25912015000200006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912015000200006&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 19 jun 2018.

OLIVEIRA, Rebeca. Depressão na universidade: como a pressão acadêmica afeta a saúde mental. **Rev. GPS**, Brasília, 14 jun 2018. Disponível em: <<https://gpslifetime.com.br/conteudo/cotidiano/news/70/depressao-na-universidade-como-a-pressao-academica-afeta-a-saude-mental>>. Acesso em: 29 jun 2018.

ONUBR. **Depressão afeta mais de 300 milhões de pessoas e é doença que mais incapacita pacientes, diz OMS**. Brasília, 7 abr 2017. Disponível em: <<https://nacoesunidas.org/depressao-afeta-mais-de-300-milhoes-de-pessoas-e-e-doenca-que-mais-incapacita-pacientes-diz-oms/>>. Acesso em: 5 out 2018.

OMS. **Prevenção do suicídio: Um manual para profissionais da mídia**. Genebra, 2000, p. 3-5. Disponível em: <[http://www.who.int/mental\\_health/prevention/suicide/en/suicideprev\\_media\\_port.pdf](http://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/en/suicideprev_media_port.pdf)>. Acesso em: 5 out 2018.

\_\_\_\_\_. **Saúde pública ação para a prevenção de suicídio**. Suíça, 2012. Disponível em: <[site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2013/07/documento-suicídio-traduzido.pdf](http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2013/07/documento-suicídio-traduzido.pdf)>. Acesso em: 5 out 2018.

TOMASINI, Ana Júlia. **Padrão espacial do suicídio no Distrito Federal**. Brasília, 2016. p. 32. Disponível em: <[http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/22528/1/2016\\_AnaJúliaTomasini.pdf](http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/22528/1/2016_AnaJúliaTomasini.pdf)>. Acesso em: 14 de jun 2018.

UERJ PELA VIDA NACE. **II Seminário - A Experiência do Núcleo de Intervenção em Crise e Prevenção do Suicídio da UnB**. Rio de Janeiro, 22 mai 2013. Disponível em: <[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=1352&v=nnkg2ZwI74o](https://www.youtube.com/watch?time_continue=1352&v=nnkg2ZwI74o)>. Acesso em: 18 ago 2018.

UNB. **Anuário estatístico da UnB 2017**. Brasília, 2017. p. 86. Disponível em: <[http://www.dpo.unb.br/index.php?option=com\\_phocadownload&view=category&download=793:anuario-2017&id=56:anuario-estatistico&Itemid=742](http://www.dpo.unb.br/index.php?option=com_phocadownload&view=category&download=793:anuario-2017&id=56:anuario-estatistico&Itemid=742)>. Acesso em: 6 jun 2018.

\_\_\_\_\_. Centro de Atendimento e Estudos Psicológicos – CAEP. **Institucional**. Brasília, 2018. Disponível em: <<https://unbcaep.wordpress.com/quem-somos/>>. Acesso em: 28 jun 2018.

\_\_\_\_\_. Diretoria de Diversidade – DIV. **Organograma**. Brasília, 2018. Disponível em: <[http://www.div.unb.br/index.php?option=com\\_content&view=article&id=462&Itemid=395](http://www.div.unb.br/index.php?option=com_content&view=article&id=462&Itemid=395)>. Acesso em: 28 jun 2018.

UNICAMP. **Manual de Eventos**. Campinas, 6 jul 2006. Disponível em: <[http://www.reitoria.unicamp.br/manualdeeventos/eventos/proto-eventos\\_cientificos.shtml](http://www.reitoria.unicamp.br/manualdeeventos/eventos/proto-eventos_cientificos.shtml)>. Acesso em: 2 jul 2018.

WOOD JR., Thómaz; DE PAULA, Ana P. P. **O culto da performance e o indivíduo s.a.** In: Alain Ehrenberg. (Org.). O culto da performance. 1. Ed. Ideias & Letras, Aparecida, 2010, v. 1, p. 197-208.

## ANEXO A

### Questionário sobre saúde mental em Comunicação Organizacional

*Este questionário faz parte de um projeto de conclusão de curso (TCC), que consistirá na organização de um evento para debater sobre a saúde mental na graduação. O questionário tem como objetivo mensurar o nível de saúde mental dos alunos de ComOrg e as questões que circundam o tema. Todos os dados aqui colocados serão usados para fins acadêmicos na produção do Simpósio. O resultado da análise também será encaminhado para a coordenação do curso, que o usará para melhorar o apoio aos alunos. Por isso, seja o mais sincero possível sobre suas questões e não esqueça que a resposta é anônima.*

1) Qual sua idade?

- De 15 a 19 anos
- De 20 a 24 anos
- De 25 a 29 anos
- De 30 a 34 anos
- De 35 a 39 anos
- Acima de 40 anos

2) Qual a seriação ideal da maior parte das disciplinas nas quais está matriculado (a)?

- 1º semestre da graduação
- 2º semestre da graduação
- 3º semestre da graduação
- 4º semestre da graduação
- 5º semestre da graduação
- 6º semestre da graduação
- 7º semestre da graduação
- 8º semestre da graduação

3) Com qual gênero você se identifica?

- Feminino
- Masculino
- Neutro
- Outro. Qual?

4) Como você declara sua cor/identidade étnico-racial?

- Branca
- Amarela
- Indígena
- Negra

- Parda
- Não-Branca
- Outro. Qual?

5) Qual sua orientação afetiva e sexual?

- Homossexual
- Heterossexual
- Bissexual
- Outro. Qual?

6) Qual a renda mensal somada de todos que moram com você? Considere o salário mínimo de R\$ 954,00

- Sem renda
- Até dois salários mínimos (até R\$1.908,00)
- De dois a quatro salários mínimos (de R\$1.908,00 a R\$3.816,00)
- De quatro a dez salários mínimos (de R\$3.816,00 a R\$9.540,00)
- De dez a vinte salários mínimos (de R\$9.540,00 a R\$19.080,00)
- Acima de vinte salários mínimos (acima de R\$19.080,00)

7) Com relação ao ambiente da sala de aula, como você se sente ao participar das discussões?

- Confortável
- Inseguro(a)
- Oprimido(a)
- Não participo
- Outro. Qual?

8) Quanto à carga de atividades propostas pelas disciplinas do curso de ComOrg, você considera:

- Insuficiente
- Adequada
- Exagerada

9) Como classifica o seu desempenho acadêmico?

- Medíocre
- Suficiente
- Bom
- Muito Bom
- Excelente

10) Conhece os centros e diretorias de apoio psicológico existentes na UnB?

- Sim. Qual (is)?
- Não

11) Antes de ingressar na universidade, você possuía algum transtorno mental ou sofrimento psíquico sem transtorno diagnosticado?

- Sim
- Não

12) Em caso positivo, selecione a opção que melhor o(s) define. (Pode ser selecionada mais de uma opção):

- Depressão
- Distúrbio de ansiedade generalizado
- Distúrbio do pânico
- Esquizofrenia
- Transtorno alimentar (anorexia/bulimia)
- Transtorno bipolar
- Sofrimento psíquico sem transtorno diagnosticado
- Outro. Qual?

13) Após o ingresso na universidade, você desenvolveu algum transtorno mental ou sofrimento psíquico sem transtorno?

- Sim, e considero que a vida acadêmica contribuiu para o desenvolvimento.
- Sim, mas considero que a vida acadêmica não contribuiu para o desenvolvimento.
- Não
- Não sei opinar

14) Quanto a saúde mental, após ingressar na faculdade, considera que seu estado:

- Melhorou
- Piorou
- Não sofreu alteração
- Não sei opinar

15) Se consultou com algum profissional da área psicológica (psicólogo, psiquiatra) durante o último ano?

- Sim
- Não

16) Durante o último ano, fez uso de medicamentos psicotrópicos?

- Sim
- Não

17) Quanto considera que fez uso de álcool e outras drogas durante o último ano?

- Não usei
- Usei pouco
- Usei medianamente

- Usei muito
- Usei exageradamente

18) Sobre a Faculdade de Comunicação, você considera que há algum tipo de amparo, suporte ou encaminhamento sobre questões de saúde mental?

- Sim
- Não
- Não sei informar

19) Que suporte gostaria que a Faculdade de Comunicação oferecesse aos alunos? (Pode ser selecionada mais de uma opção)

- Institucionalização de eventos sobre saúde mental
- Debate em sala
- Encaminhamento para assistência psicológica (DIV, CAEP, DDS, CVV)
- Espaço de acolhimento
- Grupo de apoio
- Outro. Qual?

20) Você já viveu algum caso de bullying, assédio moral e/ou assédio sexual dentro da faculdade? (Pode ser selecionada mais de uma opção)

- Sim, bullying por parte de colega(s)
- Sim, bullying por parte de professor(es)
- Sim, bullying por parte de técnico(s)
- Sim, assédio moral por parte de colega(s)
- Sim, assédio moral por parte de professor(es)
- Sim, assédio moral por parte de técnico(s)
- Sim, assédio sexual por parte de colega(s)
- Sim, assédio sexual por parte de professor(es)
- Sim, assédio sexual por parte de técnico(s)
- Não sofri situações de assédio e bullying

21) Caso positivo, qual foi seu encaminhamento com relação ao ocorrido? (Pode ser selecionada mais de uma opção)

- Falei para colegas
- Falei para família
- Falei para Coordenação
- Falei para Reitoria
- Não falei com ninguém

22) Quanto ao encaminhamento, obteve alguma resposta do(s) grupo(s) de apoio que procurou?

- Sim, e obtive resposta de apoio positiva quanto à situação
- Sim, mas obtive resposta de apoio negativa quanto à situação

- Não obtive resposta

23) Sobre as suas relações interpessoais na universidade, avalie como se sente:

- Sempre sozinho
- Um pouco sozinho
- Sem sentimento de solidão, mas também nem tão acompanhado assim
- Um pouco acompanhado
- Bastante acompanhado

24) (ATENÇÃO, POSSÍVEL GATILHO) Durante o último ano já tentou ou fez mal a si próprio?

- Sim
- Não
- Prefiro não informar

25) Em situações de emergência sente que pode recorrer a quem? (Pode ser selecionada mais de uma opção)

- Família
- Amigos
- Professores
- Namorado(a)/Cônjuge
- Outro. Qual?

26) Com relação a coordenação do curso, quanta abertura e incentivo você sente, por parte da mesma, para que os procure em possíveis situações de necessidade? (crises psicológicas, assédio, bullying, etc)

- Muita abertura
- Pouca abertura
- Nenhuma abertura

27) Por fim, em que a Faculdade de Comunicação poderia colaborar em relação a saúde mental? (Deixe alguma mensagem ou relato que considere relevante para o estudo):

---

---

*Caso alguma ou algumas questões desse questionário tenham te causado qualquer nível de sofrimento, procure ajuda psicológica especializada. Alguns meios na UnB que podem te dar esse suporte: Diretoria de Diversidade (DIV), o Centro de Atendimento e Estudos Psicológicos (CAEP) e a Diretoria de Desenvolvimento Social (DDS).*

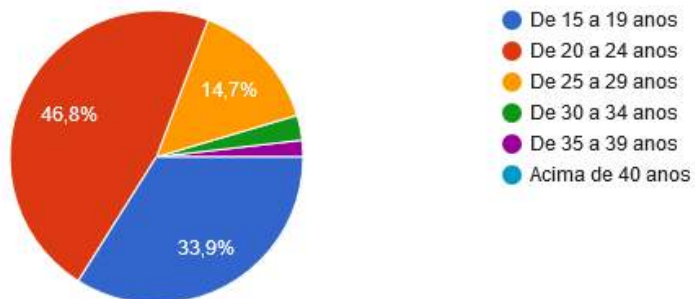
*Em caso de emergência, procure o Centro de Valorização da Vida ligando 188. E não esqueça: você não está sozinho!*

## ANEXO B

### Dados da pesquisa sobre saúde mental em Comunicação Organizacional

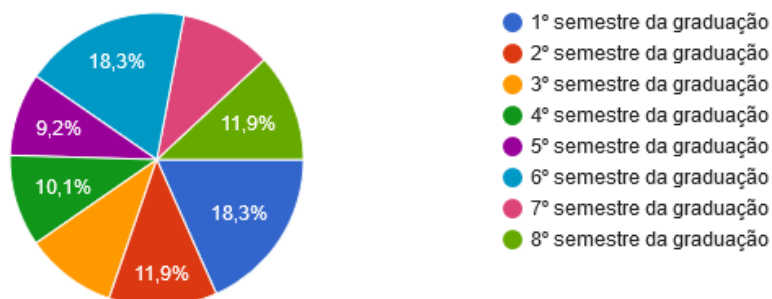
Qual sua idade?

109 respostas



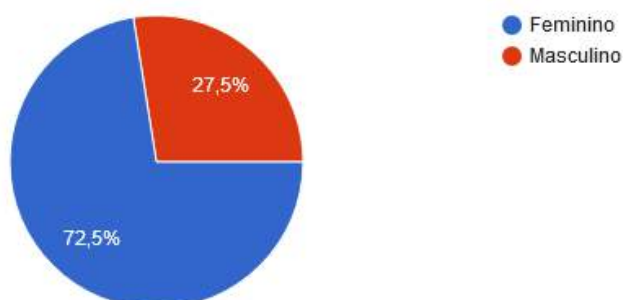
Qual a seriação ideal da maior parte das disciplinas nas quais está matriculado(a)?

109 respostas



Com qual gênero você se identifica?

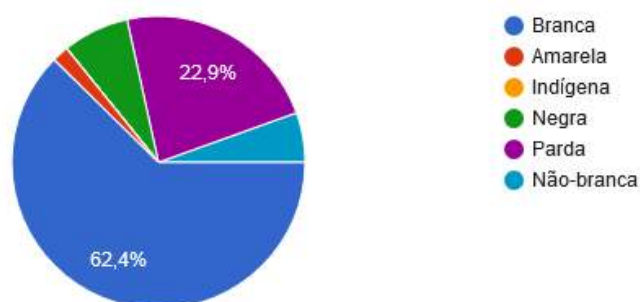
109 respostas





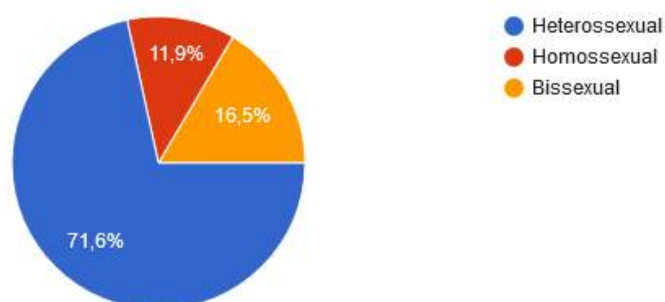
### Como você declara sua cor/identidade étnico-racial?

109 respostas



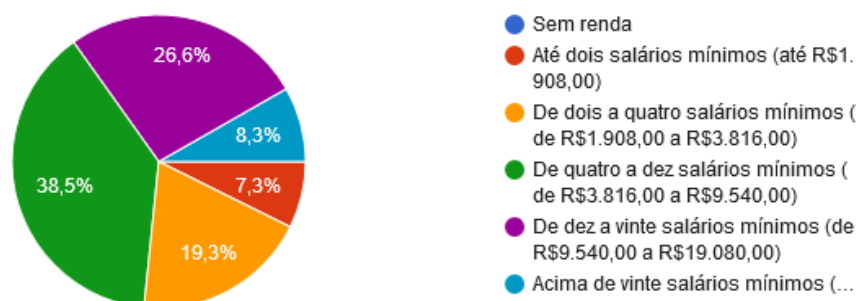
### Qual sua orientação afetiva e sexual?

109 respostas



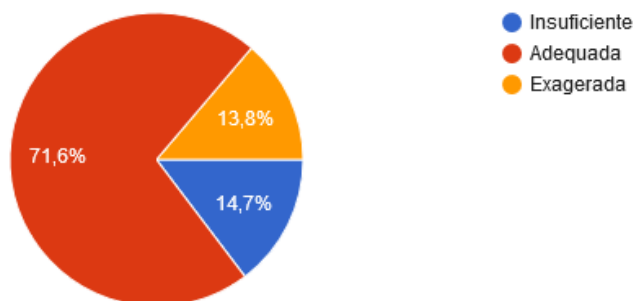
### Qual a renda mensal somada de todos que moram com você? (Considere o salário mínimo de R\$ 954,00)

109 respostas



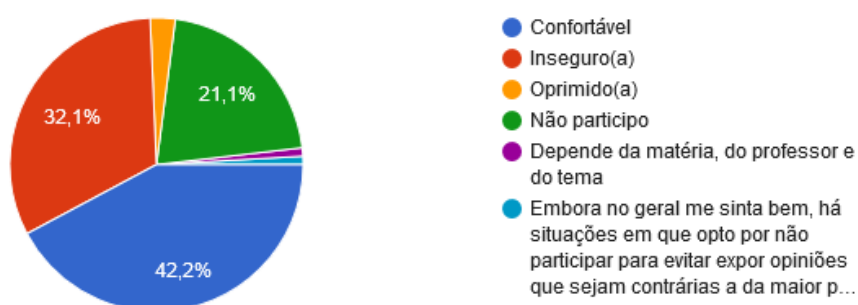
Quanto à carga de atividades propostas pelas disciplinas do curso de ComOrg, você considera:

109 respostas



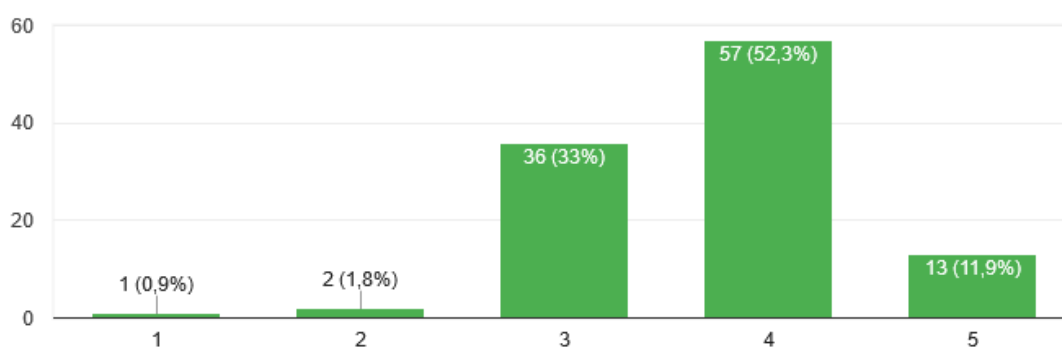
Com relação ao ambiente da sala de aula, como você se sente ao participar das discussões?

109 respostas



Como classifica o seu desempenho acadêmico?

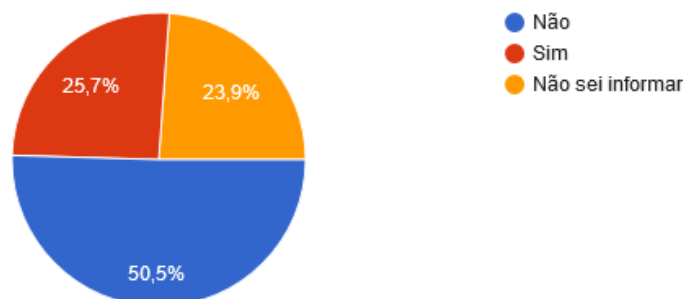
109 respostas



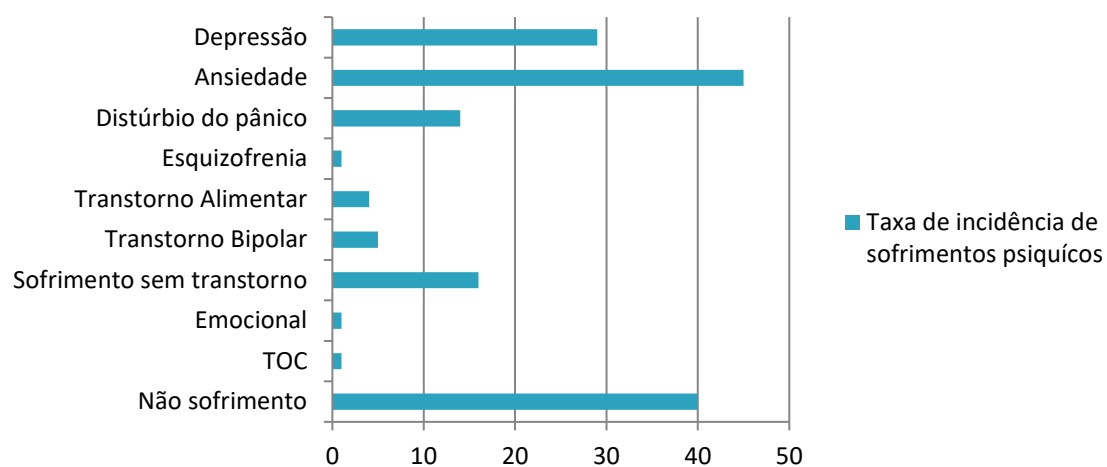
CONSIDERE: 1 (PÉSSIMO) E 5 (EXCELENTE)

Antes de ingressar na universidade, você possuía algum transtorno mental ou sofrimento psíquico sem transtorno diagnosticado?

109 respostas

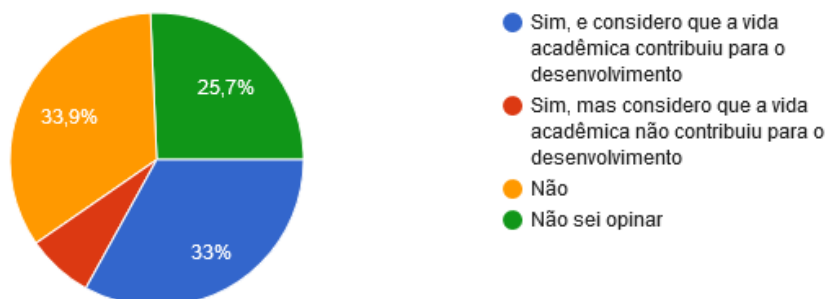


**Selecione a opção que melhor define o que você lida no âmbito psicológico. (Pode ser selecionada mais de uma opção):**



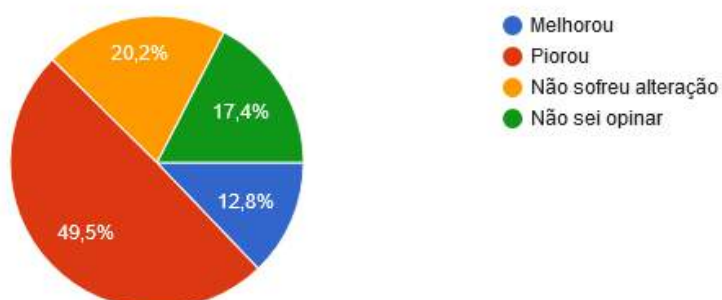
Após o ingresso na universidade, você desenvolveu algum transtorno mental ou sofrimento psíquico sem transtorno?

109 respostas



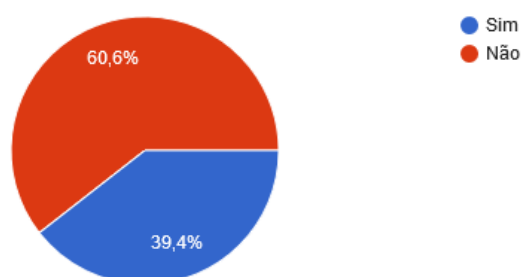
Com relação a saúde mental, após ingressar na faculdade, considera que seu estado:

109 respostas



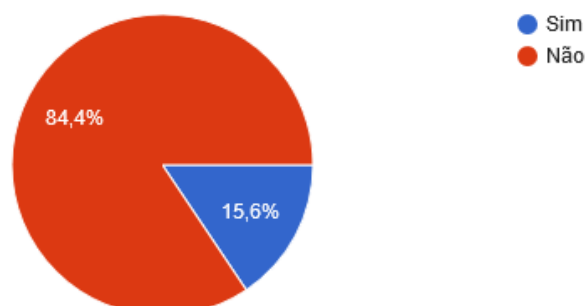
Se consultou com algum profissional da área psicológica durante o último ano?

109 respostas



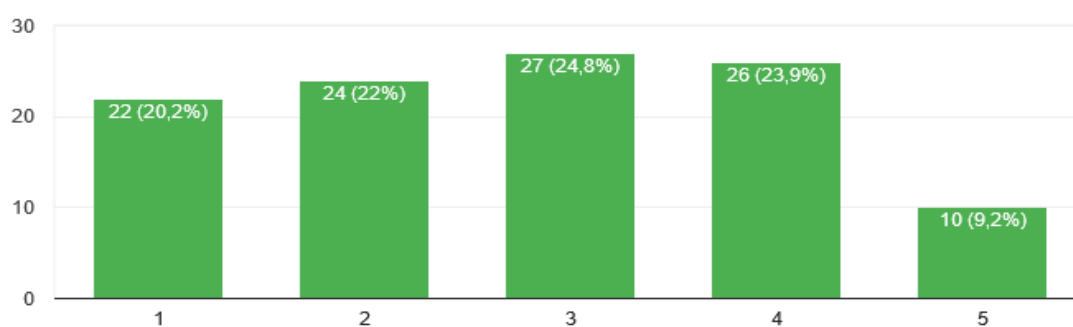
Durante o último ano, fez uso de medicamentos psicotrópicos?  
(ansiolíticos, antidepressivos, etc)

109 respostas



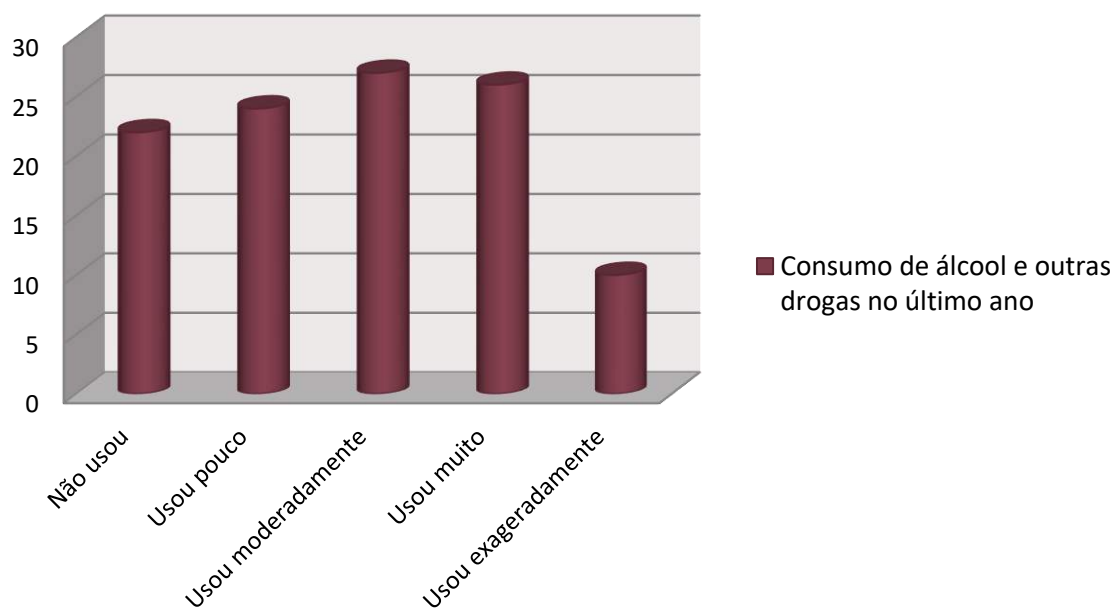
Quanto considera que fez uso de álcool e outras drogas durante o último ano?

109 respostas



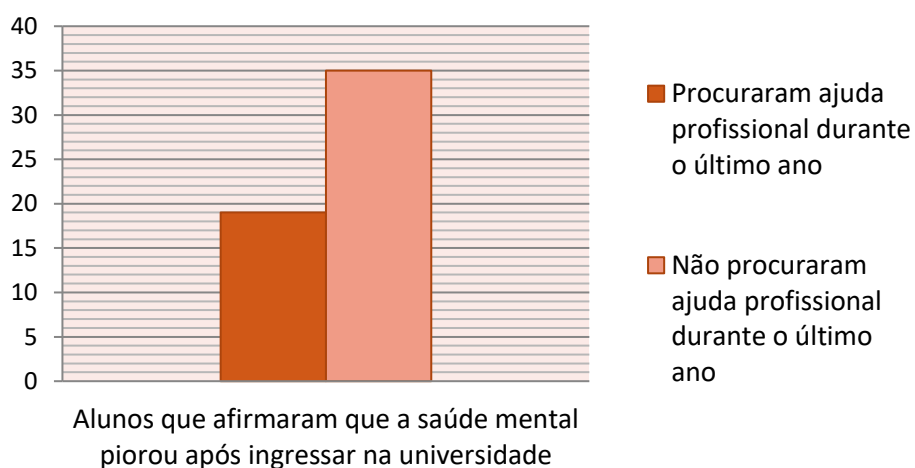
**\*CONSIDERE 1 (NÃO USOU) E 5 (USOU EXAGERADAMENTE)**

Índice do consumo de drogas lícitas e ilícitas dos alunos de Comunicação Organizacional, em 2018.



Fonte: ComOrg, 2018

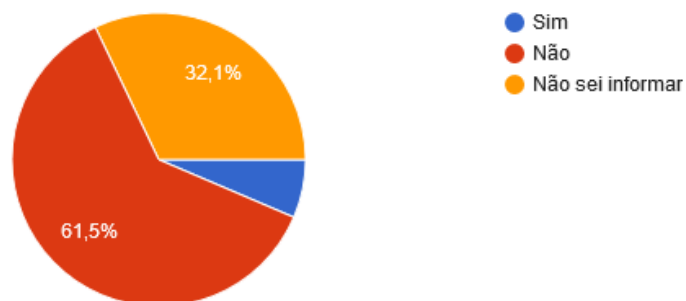
Índice de alunos que afirmaram sentir uma piora na saúde mental e procuraram ajuda profissional no último ano.



Fonte: ComOrg, 2018

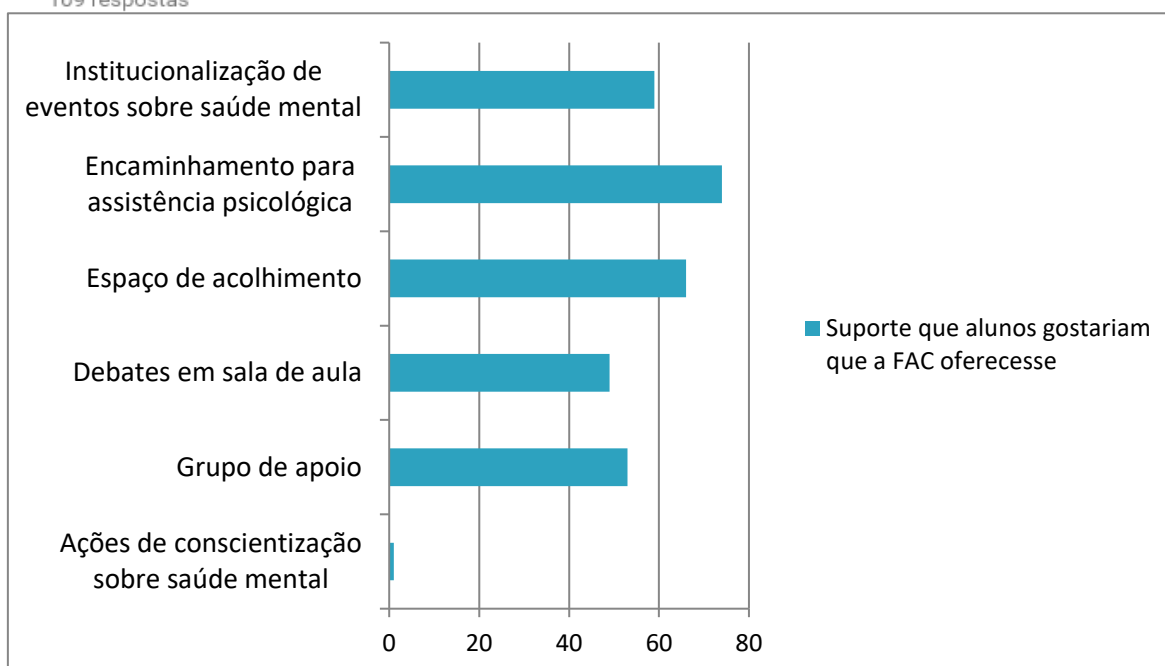
Sobre a Faculdade de Comunicação, você considera que há algum tipo de amparo, suporte ou encaminhamento sobre questões de saúde mental?

109 respostas

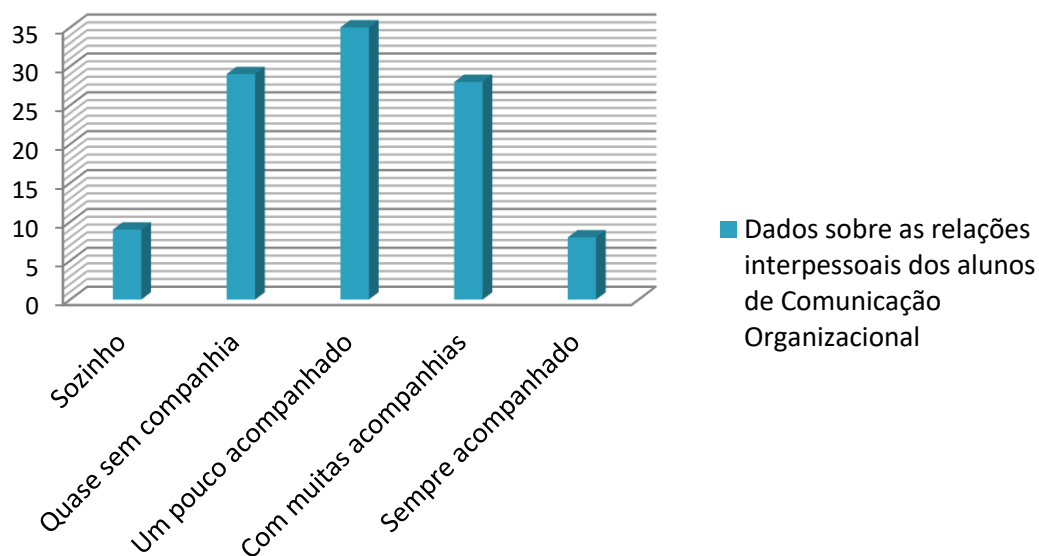


Que suporte gostaria que a Faculdade de Comunicação oferecesse aos alunos? (Pode ser selecionada mais de uma opção)

109 respostas

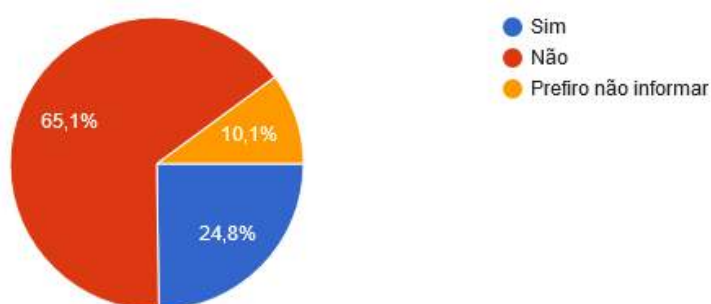


Análise das relações interpessoais dos alunos de Comunicação Organizacional na universidade, em 2018.



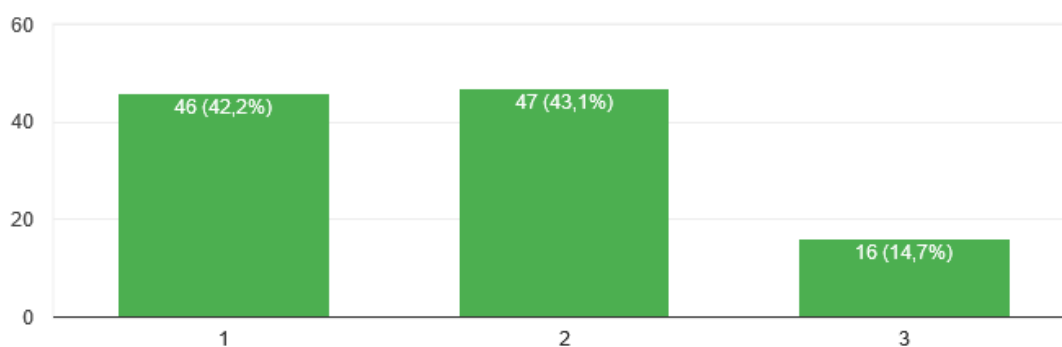
Durante o último ano pensou, tentou ou fez mal a si próprio?

109 respostas



Com relação a coordenação do curso, quanta abertura e incentivo sente, por parte da mesma, para que os procure em situações de necessidade?

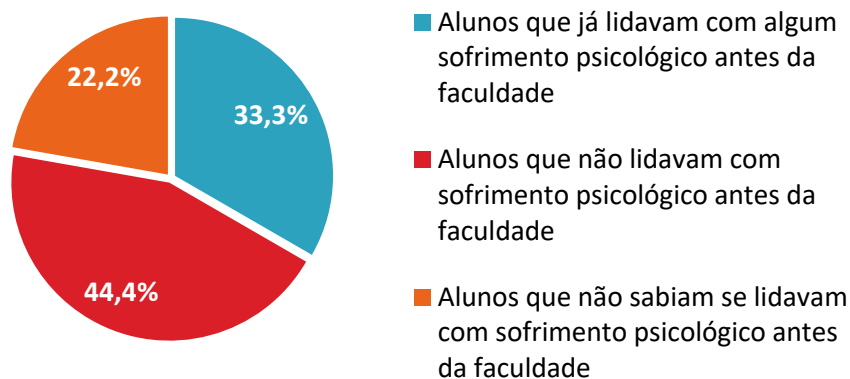
109 respostas



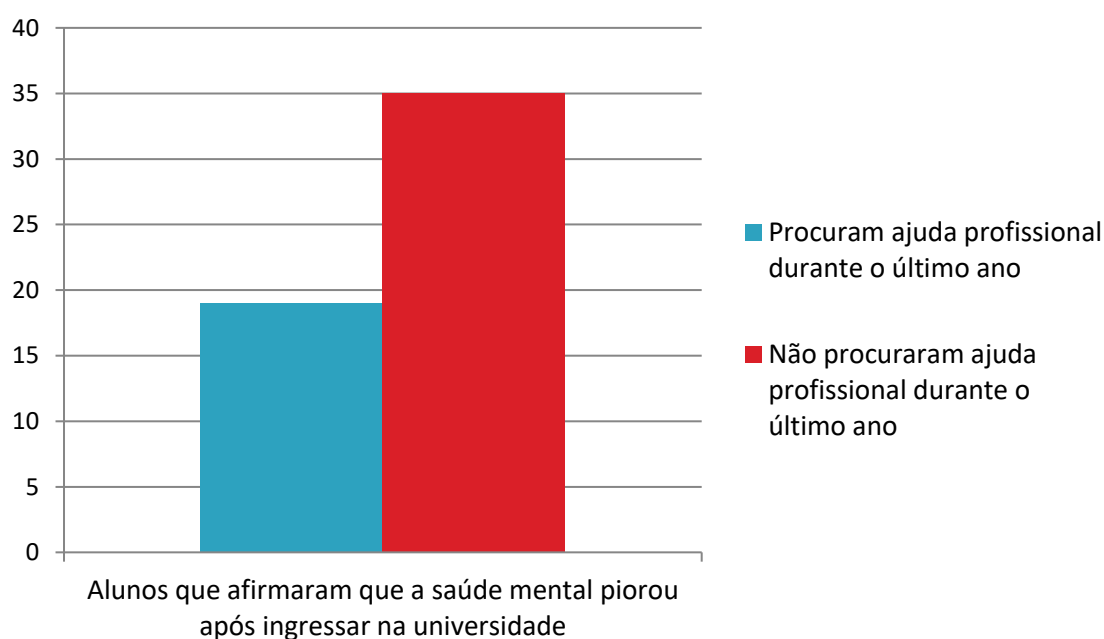


**\*CONSIDERE: 1 (NENHUMA ABERTURA), 2 (POUCA ABERTURA) E 3 (MUITA ABERTURA)**

Análise do perfil dos alunos que pensaram, tentaram ou fizeram mal a si mesmo no ultimo ano.



Análise do perfil dos alunos que pensaram, tentaram ou fizeram mal a si mesmo no ultimo ano.



- 48,1% dos que pensaram, tentaram ou fizeram mal a si próprio no último ano não procuraram ajuda profissional
- 40,7% dos que tiveram a saúde mental piorada após ingressar na universidade consumiram muito ou exageradamente álcool e outras drogas no último ano

1º semestre: 1 pessoa considera que piorou a saúde mental (5%)

2º semestre: 7 pessoas considera que piorou a saúde mental (53,8%)

3º semestre: 2 pessoas considera que piorou a saúde mental (18,9%)

4º semestre: 7 pessoas considera que piorou a saúde mental (63,6%)

5º semestre: 7 pessoas considera que piorou a saúde mental (70%)

6º semestre: 14 pessoas considera que piorou a saúde mental (70%)

7º semestre: 8 pessoas considera que piorou a saúde mental (72,7%)

8º semestre: 8 pessoas considera que piorou a saúde mental (61,5%)

- 29,6% dos que sofreram mais após ingressar na universidade pensaram, tentaram ou fizeram mal a si mesmo no último ano

**Caso tenha, cite algo da vida acadêmica que pode lhe ser um estressor psicológico. (Pode ser da FAC e/ou de outros lugares da UnB) – entre parênteses está o numero de vezes que a resposta foi falada**

- Cobrança própria por bom desempenho;
- Professores que não nos respeitam, sem didática, que não se preocupam com nossa saúde mental, que acham que só temos a UnB pra lidar na vida;
- Excesso de trabalho focado em um período curto do semestre;
- Burocracias;
- A falta de segurança;
- Apresentações em público;
- Salas pequenas e abafadas, ambientes em que não consigo ver a “luz do dia” (como os corredores da fac), a porta da sala fechada e quando deixam a sala escura para assistir vídeos, etc;
- Transporte público precário (quase não passa. Isso nos faz ficar mais cansados e acaba atingindo o nosso psicológico), ter que estudar + trabalhar e depender de transporte público na UnB é estressante;
- Morar longe e ter que sair mais cedo da aula, perdendo assim a chamada para conseguir pegar o último ônibus para ir pra casa (e levar falta pois nem todo professor entende sua situação), ou ficar até o final para responder a chamada e assim não ter como voltar para casa;
- Sistema de menção, falta de transparência na avaliação do desempenho do aluno;
- TCC;
- Repressão, brincadeiras de mau gosto e homofobia;
- Professor machista e opressor em sala de aula e a nulidade de intervenção da coordenadoria da FAC;
- Partidarização e polarização de discursos políticos durante a aula sem que o assunto em debate seja ou sequer tangencie à política. Tranquei uma matéria esse semestre

porque a professora, fora da FAC, é incapaz de dar uma aula sem denegrir posições político-partidárias diferentes das suas;

- Competitividade entre os alunos;
- Falta de correlação com o mercado de trabalho;
- A solidão que a universidade gera;
- Por ser mais velha que a maioria dos colegas me sinto constrangida e inadequada às vezes;
- Acredito que a pressão externa de padronizar todos os estudantes é um grave problema;
- Muita quantidade de créditos por semestre.

## ANEXO C

### Divulgação do evento



**Diretoria da Diversidade - UnB**

53 min ·

**ROMPENDO O SILÊNCIO.**  
 Venha participar do 1º Simpósio Sobre Saúde Mental Na Faculdade de Comunicação: Os Desafios na Abordagem e Prevenção de Crises. O evento será realizado em 09 de outubro de 2018 (terça-feira), às 19:30, no Auditório da Faculdade de Comunicação.



**ROMPENDO O SILÊNCIO**  
 1º Simpósio sobre Saúde Mental na Faculdade de Comunicação:  
 Os Desafios na Abordagem e Prevenção de Crises

**Palestrantes:**  
**Sílvia Lordello** - Coordenadora do Centro de Atendimento e Estudos Psicológicos (CAEP) - UnB  
**Susana Xavier** - Diretora da Diversidade (DIV) - UnB

**Local:**  
 Auditório da Faculdade de Comunicação - UnB

terça-feira, 9 de outubro às 19:30

UnB | FAC | CAEP | DIV

**Faculdade de Comunicação - FAC / UNB**

54 min ·

**1º Simpósio sobre saúde Mental na Faculdade de Comunicação: Rompendo o Silêncio - Os desafios na Abordagem e Prevenção de Crises.**

DATA: 09/10 (terça-feira) AMANHÃ  
 HORÁRIO: 19H 30  
 LOCAL: Auditório Pompeu de Sousa (Faculdade de Comunicação)



**1º Simpósio sobre Saúde Mental na Faculdade de Comunicação:  
 Os Desafios na Abordagem e Prevenção de Crises**

**Palestrantes:**  
**Sílvia Lordello** - Coordenadora do Centro de Atendimento e Estudos Psicológicos (CAEP) - UnB  
**Susana Xavier** - Diretora da Diversidade (DIV) - UnB

**Local:**  
 Auditório da Faculdade de Comunicação - UnB

terça-feira, 9 de outubro às 19:30



## ANEXO D

### Roteiro e transcrição do evento



Faculdade de Comunicação

#### ROTEIRO DO EVENTO

**Evento:** ROMPENDO O SILÊNCIO - 1º Simpósio sobre Saúde Mental na Faculdade de Comunicação: Os desafios na abordagem e prevenção de crises

**Data e horário:** 9 de outubro de 2018, as 19h30

**Local:** Auditório da Faculdade de Comunicação

**Mestre de cerimônias:** Thayse Gomes

**LOC.:** BOA NOITE! SOLICITAMOS A TODOS QUE SILENCIEM SEUS CELULARES E ACOMODEM-SE EM SEUS LUGARES PARA INICIARMOS O EVENTO.

**LOC.:** TEM INÍCIO, O 1º SIMPÓSIO SOBRE SAÚDE MENTAL NA FACULDADE DE COMUNICAÇÃO, DESTINADO A FOMENTAR A DISCUSSÃO PÚBLICA SOBRE O TEMA, A FIM DE SENSIBILIZAR, PARA A INSTITUCIONALIZAÇÃO DE PROCEDIMENTOS, QUE POSSAM IDENTIFICAR, E ACOLHER ALUNOS COM SOFRIMENTO PSÍQUICO.

PARA A REALIZAÇÃO DESSE SIMPÓSIO SOBRE SAÚDE MENTAL, CONTO COM APOIO DA FACULDADE DE COMUNICAÇÃO, ALÉM DA DIRETORIA DA DIVERSIDADE, E DO CENTRO DE ATENDIMENTO E ESTUDOS PSICOLÓGICOS.

ESTE EVENTO, É UM PROJETO DE CONCLUSÃO DE CURSO, QUE SURTIU DE UMA INQUIETAÇÃO, E NECESSIDADE TANTO PESSOAL, COMO COMUNITÁRIA.

POIS, AO LONGO DE MAIS DE QUATRO ANOS DE VIDA ACADÊMICA, ACOMPANHEI A SAÚDE MENTAL DE COLEGAS ADOECEREM E A MINHA TAMBÉM, VI INÚMEROS CASOS DE CRISES NA UNIVERSIDADE, ALÉM DOS CASOS DE SUICÍDIO.

E COMO RESPOSTA, MUITAS VEZES APENAS O SILÊNCIO DE DIVERSAS INSTÂNCIAS DA UNB.

ENTRETANTO, POR ESTUDAR O PAPEL DA COMUNICAÇÃO DURANTE OS SEMESTRES, SEI QUE POR MEIO DELA, PODEMOS ENFRENTAR OS ESTIGMAS SOBRE SAÚDE MENTAL SEM ALARMISMO, CONSCIENTIZANDO E ESTIMULANDO A PREVENÇÃO E TRATAMENTO, ALÉM DE FORNECER MEIOS DE ENFRENTAMENTO DAS DIFICULDADES, QUE PODEM NOS LEVAR A COLAPSOS MENTAIS.

PARA EMBASAR O DEBATE DO MEU TRABALHO, E TAMBÉM TER UMA NOÇÃO, DE COMO ESTÁ A SAÚDE MENTAL DOS ALUNOS, EU APLIQUEI UMA PESQUISA ONLINE, ENTRE AS TURMAS DE COMORG. MAS ANTES DE APRESENTAR OS DADOS, GOSTARIA DE PASSAR A FALA PARA O PROFESSOR FELIPE POLYDORO, QUE NO PRESENTE EVENTO ESTÁ REPRESENTANDO A FACULDADE DE COMUNICAÇÃO.

(FALA DO PROFESSOR FELIPE)

**LOC.:** APRESENTAREI PARA VOCÊS AGORA ALGUNS DADOS DA PESQUISA, MAS CASO QUEIRAM ELA COMPLETA ME PROCUREM AO FINAL DO EVENTO. LEMBRANDO QUE AO FINAL DAS PALESTRAS ABRIREMOS PARA PERGUNTAS E COMENTÁRIOS.

(FALA DA MODERADORA) ATÉ 20 MIN

**LOC.:** PARA INICIARMOS REALMENTE AS PALESTRAS, PASSO AGORA A PALAVRA PARA A COORDENADORA DO CENTRO DE



ATENDIMENTO E ESTUDOS PSICOLÓGICOS, SENHORA SILVIA  
LORDELLO. (PAUSA)

(FALA DA SILVIA) ATÉ 20 MIN

**SILVIA:** “Gostaria de agradecer pela oportunidade de ter participado desse evento que pudemos falar um pouco dos dispositivos que a UnB tem e qual a relação deles com a saúde mental dos universitários. Eu, Silvia, sou Coordenadora do Centro de Atendimento e Estudos Psicológicos – CAEP, que é um órgão de formação de psicólogos. Quando o aluno está se formando, na atuação clínica mais ampliada, ele vai pro CAEP como um campo de estágio.

Hoje contamos com 23 atividades, onde cada professor da psicologia que quer desenvolver uma atividade para a comunidade, tendo terapeutas estagiários, recorre ao Centro e lança o seu estágio lá. Temos estágios das mais diferentes formas, pros mais diferentes públicos (criança, adolescente, adulto, idoso, grupo de ressignificação de vivências raciais, grupo que trabalha a LGBTfobia na perspectiva clínica, grupo de habilidades sociais, preparação para aposentadoria e outros). Além disso, contamos com 10 técnicos que também são psicólogos e dão suporte a essa atividade pedagógica de formação, por exemplo, na habilidade nos registros de prontuário, na gestão financeira da clínica, que é em cima de um valor simbólico de 1%. Tudo isso para que os alunos saiam com as habilidades de um psicólogo formado. Em troca, eles oferecem, por meio desse serviço, um atendimento em saúde mental para a comunidade que nos procura.

É importante deixar isso claro, pois às vezes as pessoas pensam que o CAEP é a instituição de saúde mental da UnB, mas ele não tem essa identidade. Na verdade, a identidade é de formar alunos que precisam dessa experiência de atendimento. Entretanto, a partir das situações de fragilidade da saúde mental na UnB, tem se movimentado a ideia de um Núcleo de Estudos, Pesquisas e Atendimentos em Saúde Mental e Drogas (NEPASD), que é interdisciplinar e tem uma natureza exclusivamente para o público universitário, mas que ainda precisamos terminar de constituir uma rede interna, na UnB, para movimentar esse núcleo. No momento, o NEPASD ainda está na fase de concepção, com apoio dos psicólogos da rede, e por isso não está em funcionamento.

Essas informações são importantes para pensarmos que nossas ações como NEPASD, como CAEP e rede interna têm a função de capacitar todas as pessoas para uma

atuação em saúde mental. Um exemplo é a situação atual que vivemos politicamente que anda gerando preocupações, ansiedade, pânico e muita mobilização emocional. Lidar com isso não é uma responsabilidade exclusiva de um centro de atendimento, pois é uma coisa que qualquer professor pode fazer uma roda de conversa para acolher essas preocupações. Então, a ideia é que a gente possa, como rede, estimular para que todo mundo tenha um papel para exercer quando o assunto é saúde mental. O seu trabalho, Thayse, é um exemplo disso, pois romper o silêncio é exatamente o que buscamos e a Comunicação Organizacional pode ajudar dando voz às pessoas e pensando em coletivos que se dêem suporte. A questão é que somos co-responsáveis pela nossa saúde mental e não é uma coisa exclusivamente de um ambiente ou de um psicólogo, mas lembrando que cada um no seu nível. Quando você fala dos resultados da sua pesquisa, fica claro que poderiam existir ações internas, na Faculdade de Comunicação, que poderiam resolver algumas solicitações em saúde mental dos alunos, por exemplo, uma maior facilidade de acesso a direção, uma conversa no próprio curso, que melhorasse as condições de entendimento dos professores a respeito de um sofrimento por uma questão de atraso em sala ou do transporte para ir para casa. Questões como essa, mesmo que cheguem ao psicólogo, não se resolvem, pois são de âmbito institucional e o seu trabalho pode dar embasamento para muitas ideias de coisas que podem se resolver localmente, o que não quer dizer que uma coisa impede a outra. Poder fazer psicoterapia é ótimo, mas, além disso, têm outras partes que influenciam na saúde mental, como boas práticas, solidariedade, empatia, escuta dos alunos nesses primeiros semestres de adaptação ao mundo universitário.

Outra parte importante é lembrar que a nossa cultura trabalha muito com a saúde mental quando já está adoecido, com sintomas de ansiedade e depressão, ou muitas vezes nem procura ajuda. Um foco interessante seria de reverter essa cultura, por isso é importante que saúde mental seja uma questão de todos, para que pensemos no antes do adoecimento e pararmos de só ficar na contenção de crises. Olhando para situação universitária, por exemplo, muitos sabem que ficam ansiosos na época de provas e entregas de trabalho, então como se planejar antes? Como pensar numa rotina de estudos? Como discutir com o professor quais as exigências dele para estar preparado? Tudo isso é pensar antes do adoecimento. Claro que nem tudo pode ser previsto para se tomar alguma medida, mas as que já sabemos são as que precisamos focar em nos ajudar.

Por exemplo, uma roda de conversa que coloque quais são as dificuldades dos alunos de um primeiro semestre, para adaptação na UnB, antes de chegar o final do semestre em

que os problemas de adaptação fizeram os alunos ficarem ansiosos teríamos um trabalho profilático, que significa que antes de acontecer já tomamos uma providência.

É difícil, eu sei, pois a maioria procura o psicólogo quando está precisando e, normalmente, já associado a uma série de sintomas, mas reverter isso começa como você está fazendo, ao mostrar um dado local e fazendo essa intervenção. Organizar esse evento no meio da rotina do curso, num momento como esse, que ainda não é final do semestre, é o que se espera, pois temos uma vida tão corrida e não temos a cultura da saúde mental ser a parte principal da nossa vida. Então, isso é uma medida muito interessante e que bom que vocês já estão tomando-a. Só de revelar esses dados e pensar coletivamente em medidas negociáveis de como poderia diminuir esse estresse, coletado nas impressões dos alunos em relação ao próprio curso, vocês no futuro teriam resultados diferentes.

Por fim, fica o convite para vocês conhecerem as nossas instalações, acompanharem o nascimento do NEPASD, dessas comissões de saúde mental que foram feitas na UnB e estão sendo pensadas na reitoria. Estamos à disposição, com o que estiver ao nosso alcance, para auxiliar a Faculdade de Comunicação sobre como ajudar, a também, serem co-responsáveis pela saúde mental dos seus alunos.”

**LOC.:** PASSAMOS A FALA AGORA A COORDENADORA LGBT DA DIRETORIA DA DIVERSIDADE AQUI DA UNB, SENHORA MARIA CÉLIA ORLATO.

(FALA DA CÉLIA) ATÉ 20 MIN

**CÉLIA:** “A DIV é formada por quatro coordenações: Coordenação negra, LGBT, indígena e de mulheres. Surge num contexto de reivindicação de coletivos e militantes da universidade que estavam com essa demanda de proteção de direitos, de ter um espaço de acolhimento, de denúncia e de orientação, que se referia principalmente naquela época as pessoas LGBTs, pois mesmo que já existisse um programa de combate a homofobia, no campus, e um comitê de monitoramento formado por técnicos, docentes e estudantes, ainda não era o suficiente.

A demanda já existia para todos os públicos, que atualmente estão amparados, mas o que motivou realmente a criação foi um caso de lesbofobia no estacionamento do ICC sul, pois demandou uma medida mais contundente da universidade e isso culminou na criação da

Diretoria da Diversidade – DIV. As coordenações foram criadas aos poucos e a última a ser criada foi a de mulheres, por conta do assassinato da aluna Louise em 2016.

A Diretoria trabalha em três eixos: O primeiro é de atendimento/acolhimento onde as pessoas que precisam de orientação, fazem alguma denúncia ou propõe alguma atividade são recebidas fisicamente. Nesse eixo, ao notar-se que pessoa está em uma situação de sofrimento ou passando por uma situação de violência a mesma é encaminhada para a equipe técnica, formada por psicólogos e assistentes sociais, que vão fazer uma triagem/relatório do caso e fazer um novo encaminhamento, se necessário. Podem receber demandas via Sistema Eletrônico (SEI) da universidade, que podem vir de outras unidades ou programas e, novamente, a equipe faz os encaminhamentos necessários.

Os encaminhamentos podem ir para a rede interna, externa ou os dois. A rede interna ainda está no processo de fortalecimento e consolidação, mas já contam com programas como o *Escuta Diversa*, que é uma parceria com o CAEP, e foi pensado para atender pessoas LGBT em situação de violência. Contam com rodas de conversa e atendimentos individuais, feitos por profissionais de psicologia e estagiários em formação. O REVIRA (Ressignificando Vivências Raciais) que têm a mesma função, porém voltada para questões de racismo.

A rede externa são parcerias com os serviços que o Distrito Federal oferece como Serviço de Assistência Social, o CREAS da Diversidade que é específico pra pessoas LGBT, idosos e de religiões afro-brasileiras. Contam também com as delegacias especializadas: DEAM, para casos de violência contra mulheres; DECRIN, para casos de crimes de intolerância.

O público que a DIV atende é, em sua maioria, de estudantes de graduação e um pouco de estudantes de pós-graduação e servidores. Muitas demandas são por sofrimento mental: por conta das cargas de atividades, pelos alunos não se sentirem pertencentes ao espaço que ocupam, afetando assim, seus desempenhos na universidade e, às vezes, somadas à outras questões como LGBTfobia, racismo e misoginia. Atendemos também servidores, em sua maioria mulheres, que sofreram assédio moral.

O segundo eixo é de formação e informação, que conta com cursos de capacitação, seminários, mesas redondas, rodas de conversa, além dos calendários de luta nas datas comemorativas dos movimentos sociais (dia internacional da mulher, do índio, do orgulho

LGBT etc). O objetivo é dar visibilidade e, assim, formar a comunidade para uma cultura de respeito à diversidade.

E por último o eixo da política institucional, por meio da representação da DIV em vários espaços de construção da política da universidade como o CAD (Conselho Administrativo), CAC (Coordenadoria de Acompanhamento da Carreira) e o CDHUnB (Conselho de Direitos Humanos da UnB).

As parcerias com as faculdades, os coletivos e os núcleos de pesquisa da UnB são fundamentais para o trabalho da Diretoria da Diversidade, pois devido a isso, os apoios a saúde mental e bem-estar dos alunos se tornam possíveis. O tema saúde mental está envolto em todo o trabalho da Diretoria, porque quando o público chega com uma demanda de violência, seja familiar ou de dentro da UnB, a saúde psicológica já demonstra estar comprometida e isso costuma afetar o rendimento acadêmico, além da permanência dos alunos na universidade.

Por isso, a DIV trabalha muito na perspectiva de dar suporte e apoio em situações de violência, que atingem vários âmbitos da vida dos discentes, inclusive a saúde mental. Além disso, focamos também na prevenção do adoecimento psicológico trabalhando o tema da diversidade no meio acadêmico e incentivando a permanência do estudante na universidade.

Esses trabalhos que a gente faz com os coletivos e as atividades pelos campi vêm no sentido, também, de promover a saúde mental das pessoas, pois fortalecer, conscientizar e politizar podem ser boas ferramentas para que os alunos evitem e/ou se livrem de situações de preconceito e violência. Somos um espaço que também compõe o serviço de conscientização e cuidado da saúde mental. Porém, ainda precisamos de mais parcerias nessa rede e uma preocupação institucional maior voltada para o tema”.

**LOC:** AGORA ABRIREMOS ESPAÇO PARA PERGUNTAS E COMENTÁRIOS DA PLATEIA.

(ESPAÇO PARA PERGUNTAS) ATÉ 20 MIN

**LOC:** BOM, ESTAMOS CHEGANDO AO FINAL O EVENTO.

AGRADEÇO À PRESENÇA DE TODAS AS PALESTRANTES E DO PÚBLICO PRESENTE.

ESPERO QUE ESSE SEJA O PRIMEIRO PASSO PARA QUE A SAÚDE MENTAL SE TORNE UM TEMA CADA VEZ MAIS RECORRENTE NA NOSSA FACULDADE.

NÃO SE ESQUEÇAM DE AVALIAR O EVENTO E DEIXAR O PAPEL NA CESTA PERTO DA ENTRADA DO AUDITÓRIO.

MUITO OBRIGADA E BOA NOITE!

## ANEXO E

### Cobertura fotográfica do evento









## ANEXO F

### Entrevista com o Centro de Atendimento e Estudos Psicológicos – CAEP

#### Dúvidas sobre o CAEP e alguns dados TCC x



**Izabela Pinheiro** <izabelampinheiro@gmail.com>

18 de jun de 2018 19:35



para eu ▼

Olá Thayse, tudo bem?

Muito obrigada por entrar em contato conosco. E espero que possamos ajudá-la com nossas respostas.

1 - Como funciona o CAEP?

2 - Como é a estrutura de vocês? Quantas pessoas trabalham e quais seus cargos? Achem a quantidade suficiente para dar conta de toda a demanda? Se não, quantos funcionários acham que seria o ideal?

3 - Qual a capacidade de atendimento? Existem dados de quantos alunos já foram atendidos?

4 - Quais são as políticas institucionais para prevenção do suicídio?

5 - Existe alguma dificuldade/empecilho (seja burocrática, financeira, sobrecarga de demanda ou falta de funcionários)? Se sim, como vocês resolvem o problema? ou nem sempre conseguem resolver?

6 - Existem dados sobre a saúde mental dos alunos da UnB? Vocês possuem esses dados? (Levantamentos sobre transtornos psicológicos que mais afligem o corpo discente e o que a universidade faz com esses dados)

7 - Como funciona a divulgação do trabalho de vocês? Tem dados sobre o alcance dessa divulgação?

Por último, vocês teriam também dados sobre a incidência de suicídios na UnB nos últimos anos?

#### Respostas:

1- Em relação ao que você gostaria de saber: Como funciona a entrada de novos pacientes no serviço? Acho que o blog do CAEP pode te ajudar com essas informações: <https://unbcaep.wordpress.com/>

O CAEP realiza atendimentos todos os dias da semana, de 08:00 às 19:00 (finalizando seus trabalhos às 20:00).

2- Sobre nosso corpo de funcionários o blog do CAEP também possui essas informações. E infelizmente a demanda para atendimentos e outras atividades é bem maior do que nossa equipe tem capacidade de atender. Mas não temos um estudo que diga precisamente o número ideal de funcionários porque as atividades mudam e aumentam com o passar de cada semestre. Atualmente dispomos de 6 salas para atendimento infantil, 15 salas para atendimento de adultos e 6 salas para supervisão.

3- A capacidade máxima é de 264 atendimentos diários e 72 horas diárias de supervisão. O CAEP atende crianças, adolescentes e adultos da comunidade externa e interna, principalmente as pessoas de baixo poder aquisitivo.

4- Não dispomos de dados sobre as políticas institucionais da UnB; sugerimos contato com a Reitoria. O CAEP conta com um grupo de assessoria para a prevenção e pós-venção de suicídios, o Grupo Entrelinhas. Para mais informações, sugerimos que acesse o site <http://www.grupoentrelinhas.wordpress.com>.

5- Assim como qualquer ambiente de trabalho possuímos dificuldades. Essa questão é muito peculiar, porque depende muito do momento atual. Existem dificuldades de ordem de estrutura, financeira (ex: muitas vezes não há verbas suficientes para compras de testes psicológicos), sobrecarga pelo excesso de demanda de trabalho para a quantidade de funcionários e etc. Algumas dificuldades são possíveis de resolução e outras não, porque nem tudo cabe à coordenação do Centro ou a direção do Instituto de Psicologia. Muitas vezes as demandas são de ordem hierárquica superior, ou também política e econômica do cenário nacional atual.

6- Não possuímos esses dados. Sugerimos que você entre em contato com a Comissão de Saúde Mental da Reitoria.

7- A divulgação das ações do CAEP é feita in loco e pela internet, por meio do blog, Instagram, Facebook. O blog tem cerca de 3000 visualizações por mês e contabiliza 92248 visitantes até o dia de hoje. A página do Facebook conta com 654 seguidores e o

6- Não possuímos esses dados. Sugerimos que você entre em contato com a Comissão de Saúde Mental da Reitoria.

7- A divulgação das ações do CAEP é feita in loco e pela internet, por meio do blog, Instagram, Facebook. O blog tem cerca de 3000 visualizações por mês e contabiliza 92248 visitantes até o dia de hoje. A página do Facebook conta com 654 seguidores e o Instagram tem 450 seguidores, até hoje, 15/06/2018.

Espero que tenhamos te ajudado! Boa sorte no seu trabalho.

Att,

...

--

Izabela Pinheiro

## ANEXO G

### Questionário de avaliação do evento

1. Qual a sua avaliação sobre a iniciativa em realizar este evento?

( ) Péssima ( ) Ruim ( ) Regular ( ) Boa ( ) Ótima

2. Como você avalia a organização do evento (atendimento, local, programação):

( ) Péssima ( ) Ruim ( ) Regular ( ) Boa ( ) Ótima

3. Qual a sua avaliação sobre o conteúdo apresentado?

( ) Péssimo ( ) Ruim ( ) Regular ( ) Bom ( ) Ótimo

4. Como você avalia o desempenho didático das palestrantes:

( ) Péssimo ( ) Ruim ( ) Regular ( ) Bom ( ) Ótimo

5. Como você avalia a forma de apresentação dos temas desenvolvidos:

( ) Péssimo ( ) Ruim ( ) Regular ( ) Bom ( ) Ótimo

6. Você acha que esta iniciativa deve ser mantida pela FAC? Se sim, deixe sua sugestão/elogio/crítica para que melhoremos.

---

---

---

---

---